

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Bakalářská práce

2015

Nela Sýkorová, DiS.

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

HUSITSKÁ TEOLGICKÁ FAKULTA

Osoby se zrakovým handicapem v seniorském věku

Elderly Persons with Visual Impairment

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

Mgr. Lenka Chittussiová

Autor:

Nela Sýkorová, DiS.

Praha 2015

Poděkování

Za pomoc při zpracování mé bakalářské práce děkuji Mgr. Lence Chittussiové za dobré a cenné rady a velkou ochotu při konzultacích, Palatě – Domovu pro zrakově postižené za zapůjčení materiálů, absolvování praxe, poskytnuté rozhovory a volné působení v době, kdy jsem sbírala data pro mou bakalářskou práci.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně a všechny použité zdroje, z nichž jsem v práci čerpala a citovala, jsou uvedené v seznamu použité literatury.

V Praze dne:

Nela Sýkorová

Anotace

Bakalářská práce se zabývá zrakovým postižením. Teoretická část se snaží přiblížit zrakový handicap, rozlišit zrakové vady a přiblížit Braillovo písmo.

Na konci teoretické části je představená Reminiscence, která je velmi důležitá při práci se starými lidmi.

V praktické části je předložen výběr ze tří kazuistik a přiloženy rozhovory s klienty/seniory z Domova Palata a také rozhovor se zástupkyní pana ředitele v domově.

Cílem bakalářské práce je přiblížit problematiku zrakově handicapovaných a představit Domov, ve kterém se klienti cítí příjemně, bezpečně a kde se jim dostává kvalitní péče.

Annotation

The bachelor thesis deals with visual impairment. In the first part, which is devoted to theory, It trying to outline the visual handicap, differentiate eye disorders and describe the Braille writing system.

Reminiscence, which is significant in working with elderly people, is introduced at the end of the theoretical part.

The second part, which is devoted to practice, presents a selection of three casuistries as well as interviews with clients/seniors from Palata Home and also an interview with the deputy director of the home.

The aim of this thesis is to describe the problems of the visually impaired and to present a home where clients feel comfortable, safe and where they are provided with quality care.

Klíčová slova

Senior, zraková vada, klient, tyflopédie, reminiscence, domov, Domov Palata, rozhovor, kontakt.

Keywords

Senior, visual impairment/handicap, client, tyflopédie, reminiscence, house/institute, House Palata, interview, contact.

Obsah

Seznam zkratk	7
Úvod.....	8
1. Tyflopédie.....	11
2. Vidění	13
3. Klasifikace zrakových vad	14
3.1 Bližší charakteristika osob se zrakovým handicapem	16
3.2 Příčiny zrakového postižení.....	17
4. Terapie a rehabilitace	18
5. Speciální pomůcky	18
5.1 Pomůcky pro každodenní využití	19
5.2 Louis Braille - Braillovo písmo	23
5.3 Čtení Braillova písma a jeho použití.....	24
6. Komunikace pro zrakově handicapované.....	24
6.1 Desatero při kontaktu se slabozrakými lidmi	26
6.2 Hmatové vnímání u zrakově handicapovaných	27
6.3 Sluchové vnímání u zrakově handicapovaných.....	28
6.3.1 Vnější faktory pro sluchovou orientaci	28
7. Pojem stáří a stárnutí	28
8. Pojem reminiscence a reminiscenční terapie.....	29
8.1 Příprava na reminiscenci.....	29
8.2 Vhodný prostor pro reminiscenci	30
8.3 Umění správného rozhovoru.....	31
8.4 Práce se vzpomínkami u seniorů	31
9. TyfloCentrum Mladá Boleslav	34
9.1 Cíl, účel organizace.....	34
9.2 Rozsah nabízených služeb	35

10.	Palata – Domov pro zrakově postižené	36
10.1	Cíl, účel organizace	36
10.2	Rozsah nabízených služeb.....	37
10.3	Cílová skupina klientů.....	37
11.	Porovnání organizací	39
12.	Helppes	40
12.1	Organizace Helppes	40
12.2	Jak se pes dostane ke svému pánovi?.....	40
12.3	Týna – budoucí asistenční pes ve výcviku	41
13.	Výběr z kazuistik Palata – Domov pro zrakově postižené	42
13.1	Klient č. 1	42
13.2	Klient č. 2	43
13.3	Klient č. 3	44
14.	Rozhovor s paní zástupkyní vedoucího v Palatě	45
15.	Rozhovory s klienty a jejich metodika	47
15.1	Klient č. 1. - paní M.	48
15.2	Klient č. 2. - paní B.	52
15.3	Klient č. 3. - paní K.	54
15.4	Klient č. 4. - pan S.....	56
15.5	Klienti č. 5. a 6. – paní S. a pan M.	58
15.6	Klient č. 7. – pan R.....	61
15.7	Shrnutí rozhovorů.....	63
16.	Trénování paměti u seniorů	64
17.	Neobyčejný Honza Jareš	69
18.	Návštěva Neviditelné výstavy	70
	Závěr	72
	Použitá literatura	74
	Seznam příloh.....	77

Přílohy	78
Summary	97

Seznam zkratek

- Aj. = A jiné
- Apod. = A podobně
- CD = Compact Disc
- CNS = Centrální nervová soustava
- E-mail = Electronic Mail
- Např. = Například
- SONS = Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých
- T. G. Masaryk = Tomáš Garrigue Masaryk
- Tzv. = Takzvané/takzvaně
- ZP = Zrakově/é postižení

Úvod

Téma, kterým se v mé bakalářské práci budu zabývat, jsem si vybrala, protože mě velmi zaujalo vzhledem k mé praxi, kterou jsem strávila během mého studia v organizaci a v domově se zrakovým postižením. Budu se věnovat z velké části domovu Palata, protože si myslím, že je to příkladné zařízení pro ostatní domovy se seniory a se zrakovým postižením. Jejich lidský a profesionální přístup mě velmi oslovil.

Nemoci a bolesti člověka patří a patří mezi největší potíže, které trápí život. V tomto trápení se lidé často ptají, proč a za co vlastně trpí. Pojetí nemoci jako trestu vede většinou k situacím bezvýchodným. Mnohem spíše má člověk odhodlaně bojovat s každou nemocí a také se pečlivě starat o dobré zdraví, aby mohl v lidské společnosti plnit své poslání. A proto se v lidské společnosti vyvinula péče o nemocné, která jim má v jejich nelehkém údělu pomáhat.

Cílem teoretické části mé bakalářské práce bude přiblížit problematiku nevidomých a slabozrakých osob a seniorů. V této části bych ráda nejdříve uvedla obor speciální pedagogiku, z které vzešla tyflopédie, tedy pojem, který se zabývá problematikou zrakových vad, představit pomůcky pro zrakově postižené, které jsou nezbytné pro jejich život, budu se snažit představit a vysvětlit Braillovo písmo, které je celosvětově známé a to díky svému autorovi, který byl sám nevidomý, ujasnit správnou komunikaci s nevidomými klienty, ať už pro laiky, kteří se setkávají se slabozrakými a nevidomými lidmi jen zřídka kdy a nebo jde-li o osoby s větším zájmem pochopit a více se seznámit s tímto tématem.

Dále se budu věnovat reminiscenci a reminiscenční terapii, která je především v domově pro seniory velmi důležitá a nezbytná. Vzpomínky a vzpomínkové předměty jsou pro seniory velkým přínosem v jejich dosavadním životě.

Velmi důležité je to, aby se každý jedinec se zrakovým handicapem mohl zařadit do společnosti a našel své místo a zázemí ve svém životě.

Cílem praktické části mé práce bude představení dvou zařízení, kde jsem absolvovala své praxe během studia, seznámení se s klienty, kteří žijí v Domově Palata prostřednictvím výběru z kazuistik a osobních rozhovorů, které jsem s klienty samostatně uskutečnila během návštěv v domově. Jsem si jista, že osobní rozhovory jsou pro mě velkým přínosem v této oblasti. Je velmi nezbytné s klienty komunikovat a znát jejich životní příběh pro práci v tomto oboru.

Také uvedu několik cvičení, které jsem vymýšlela pro klienty na aktivitu s názvem Trénování paměti, které se v domově uskutečňuje vždy dvakrát v týdnu.

Lidé se zrakovým postižením nechtějí být odlišně vnímáni okolím. V naší společnosti koluje řada mýtů a předsudků, které komplikují postavení zrakově handicapovaných a vytvářejí různé zábrany. Není totiž pravda, že nevidomí jsou ochuzeni o všechny zrakové vjemy, že nedokážou vnímat barevnost a pestrost okolního světa, ani že jim nezáleží na zevnějšku, oděvu nebo účesu. Není to pravidlem, protože spousta nevidomých a slabozrakých klientů rádi vypadají dobře, hezky se strojí, chodí do společnosti na kulturní akce, ke kadeřníkovi, do obchodu, na procházky. Chtějí žít plnohodnotný život, jako ostatní lidé bez handicapu, na což pochopitelně mají právo a je potřeba je plnohodnotně podporovat.

1. Speciální pedagogika

Pojem *speciální pedagogika* byl použit již před více než 50 lety. Jednou z nejvýznamnějších osobností speciální pedagogiky je profesor Miloš Sovák (1905 – 1989), který byl původně lékařem, je zakladatelem České logopedické společnosti a první vedoucí katedry speciální pedagogiky na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze.

Miloš Sovák je také autorem rozdělení speciální pedagogiky na jednotlivé *pedie*, které se věnují různým druhům postižení.

„Speciální pedagogika je disciplína orientovaná na výchovu, vzdělávání a celkový osobnostní rozvoj znevýhodněného člověka s cílem dosáhnout co možná nejvyšší míry jeho sociální integrace, a to včetně pracovních a společenských možností a uplatnění.“¹

Krátké představení – jednotlivé *pedie*:

Somatopedie = tělesné postižení.

Somatopedie zahrnuje osoby s postižením hybnosti, tj. tělesné postižení, dlouhodobě nemocné a zdravotně oslabené osoby.

Tyflopédie, oftalmopedie = zrakové postižení.

Viz níže kapitola - *Tyflopédie*

Surdopedie, akupédie = sluchové postižení.

Sluchové postižení je následkem organické nebo funkční vady v kterékoliv části sluchového analyzátoru, sluchové dráhy nebo sluchových center.

Psychopedie = mentální postižení, psychické poruchy.

„Psychopedie se historicky orientovala na osoby s mentálním postižením a psychickými poruchami. Toto vymezení však není zcela jednoznačné – situace člověka s mentálním postižením je radikálně odlišná od situace jedince s psychickou poruchou nebo onemocněním, mezi odborníky proto neexistuje naprostá shoda v odpovědi na otázku, zda a jak by se měla tato oblast speciální pedagogiky osobami s psychickými poruchami zabývat.“²

¹ SLOWÍK, J., *Speciální pedagogika*, 1. vydání. Praha 7: Grada, 2007. 160 s. ISBN 978-80-247-1733-3.

² SLOWÍK, J., *Speciální pedagogika*, 1. vydání. Praha 7: Grada, 2007. 160 s. ISBN 978-80-247-1733-3.

Logopedie = vady a poruchy řeči.

Logopedie vyjadřuje orientaci na pomoc při jakýkoliv problémech s komunikací. Pomáhá nejenom při vadách a poruchách mluvené řeči.

Logoped je odborník, jehož hlavní práce spočívá v prevenci, posouzení, intervenci a organizaci zajištění péče v oblasti poruch lidské komunikace, včetně příslušného vědeckého bádání.

Etopedie = poruchy chování.

*„Poruchy chování jsou charakteristické takovými projevy jedince, které se vymykají průměrnému chování dané věkové a sociokulturní skupiny.“*³

Speciální pedagogika osob s dílčími nedostatky = specifické poruchy učení.

Je to souhrn označení různorodých skupin poruch, které se nejčastěji projevují obtížemi při nabývání a zneužívání školních dovedností, tzn. čtení, psaní, počítání u jedinců, které mají alespoň průměrný intelekt. Poruchy učení jsou nejčastějším druhem znevýhodnění, které zařazuje dítě do skupiny integrovaných žáků.

Speciální pedagogika osob s kombinovaným postižením s více vadami = dvě nebo více postižení.

Kombinace s mentálním postižením, hluchoslepota (*„Hluchoslepota je jedinečné postižení, vzniklé kombinací zrakové a sluchové vady, které způsobuje potíže v přístupu k informacím, komunikaci a mobilitě.“*)⁴, kombinace s poruchami chování.

1. Tyflopédie

Tyflopédie je podoborem speciální pedagogiky. Označení je složené ze dvou částí a to jsou řecká slova: *typhlos* = slepý, *paidea* = výchova. Zhruba od 90. let 20. století se k označení používají dva názvy: **tyflopédie**, **oftalmopédie**. Z řeckého slova: *ophthalmos* = oko, *paidea* = již zmíněná výchova. Na tyto dvě označení lze nahlížet jako na synonyma.

„V současném moderním pojetí v kontextu terminologie používané v zahraničí, ale i z pohledu zařazení oboru v soustavě věd se užívané označení tyflopédie nejeví jako ideální, neboť se nezabývá pouze osobami slepými a nesoustřeďuje se jen na oblast výchovy, ale

³ SLOWÍK, J., *Speciální pedagogika*, 1. vydání. Praha 7: Grada, 2007. 160 s. ISBN 978-80-247-1733-3.

⁴ SLOWÍK, J., *Speciální pedagogika*, 1. vydání. Praha 7: Grada, 2007. 160 s. ISBN 978-80-247-1733-3.

zasahuje mnohem širší spektrum, které název nevystihuje. Tento název již ztrácí své opodstatnění a je žádoucí jej nahradit adekvátnějším označením.“⁵

Speciální pedagogika osob se zrakovým postižením se zabývá otázkami výchovy, vzdělání a rozvoje osob se zrakovým postižením.

„Cílem speciální pedagogiky osob se zrakovým postižením je maximální rozvoj osobnosti jedince se zrakovým postižením, což znamená dosažení nejvyšší míry socializace, které je tento jedinec schopen, včetně zajištění adekvátních podmínek pro edukaci, ale i na přípravu na povolání, v kontextu následného pracovního zařazení a plnohodnotného společenského uplatnění.“⁶

Vybrané pojmy, které se vztahují k tyflopédii:

Tyflologie je věda, která se zabývá zrakově postiženými a jejich společenskou existencí.

Tyflopéd je kvalifikovaný speciálně pedagogický pracovník v tyflopedické praxi a výzkumu (dnes se spíše užívá „oftalmopéd“).

Tyflopedagogika je označení pro speciální pedagogiku zrakově postižených.

Tyflopédie (Oftalmopedie) je zrakové postižení, speciálně pedagogická věda o výchově a vzdělávání zrakově postižených osob.

⁵FINKOVÁ, D., LUDÍKOVÁ, L., RŮŽIČKOVÁ, V. *Speciální pedagogika osob se zrakovým postižením*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2007. 156 s. ISBN 978-80-244-1857-5.

⁶ FINKOVÁ, D., a kol. *Speciální pedagogika osob se zrakovým postižením*. Olomouc: UP. 159. s. ISBN: 978-80-244-1857-5.

2. Vidění

Vidění a jeho rozdělení:

Centrální, makulární

Vidění, které je vyvolané podněty dopadajícího do centrální sítnice, do žluté skvrny. Umožňuje čtení, rozlišování obličejů.

Periferní, extramakulární

Nepřímé, umožňuje vnímat prostor a orientovat se zrakem i za šera.

Binokulární

Vidění oběma očima za vzájemné spolupráce. Obrazy, které jsou vnímány simultánně oběma očima, se spojí v jeden obraz.

Rozlišujeme 3 stupně binokulárního vidění:

Simultánní vidění = každé oko vnímá svůj obraz

Fúze = obraz okolí je vnímán oběma očima, ale pouze jako jeden vjem

Stereopse = schopnost vytvořit hloubkový vjem, tímto vzniká trojrozměrný obraz

Trubicové – skotom

„Výpad části zorného pole, který může být různý co do lokalizace i co do rozsahu, příčinou mohou být defekty v sítnici, v průběhu zrakové dráhy i ve zrakovém ústředí“⁷.

Dvojitě – diplopie

Je to simultánní vnímání dvou obrazů jednoho objektu. Vzniká při paralytickém šilhání, tedy při porušené souhře pohybu očí. Může vzniknout i po úrazu hlavy nebo postižení jednoho oka.

Monokulární

Vidění pouze jedním okem.

⁷KEBLOVÁ, A., *Integrované vzdělávání dětí se zrakovým postižením*, 1. vydání. Praha: Septima, 1996. 100 s. ISBN 80-85801-65-5.

Barevné – chromatopsie

Z řeckého *chróma* = barva, *opsis* = vidění; porucha, kdy nemocný vidí okolní svět zbarvený jen určitou barvou, např. *erytropsie* = červeně, *xantopsie* = žlutě při žloutence, *chlo-ropsie* = zeleně.

Barevné vidění je složitý psychofyzikální proces a oko při něm rozeznává různé barvy. Jde o zrakový vjem, který je podmíněn vlnovou délkou světla.

Zrak – jeden z nejdůležitějších smyslů pro člověka, využíváme ho jako primární smysl při získávání až 90% informací.

3. Klasifikace zrakových vad

Zrakové vady jsou nedostatky zrakové percepce různé etiologie i rozsahu. Je to onemocnění očí s následným oslabením zrakového vnímání, stavy po úrazech, vrozené nebo získané anatomicke-fyziologické poruchy.

Podle postižených zrakových funkcí:

- snížení zrakové ostrosti
- omezení zorného pole
- poruchy barvocitu
- poruchy zrakové adaptace
- poruchy hloubkového 3D vidění

Podle stupně zrakového postižení:

- slabozrakost

Snížení zrakové ostrosti obou očí.

„Na poli speciální pedagogiky představují kategorii osob slabozrakých skupinu dětí, mládeže a dospělých, kteří mají zrakové vnímání na úrovni slabozrakosti.“⁸

Slabozrakost: lehká, střední a těžká.

- zbytky zraku

⁸FINKOVÁ, D. (2010). *Základy tyflopédie – Předmět, cíle, techniky prostorové orientace a komunikace*. Olomouc: UP. 56. s. ISBN: 80-24426-27-7.

„Jedinci se zbytky zraku jsou specifickou skupinou mezi zrakově postiženými, u nichž více než u které jiné hraje významnou roli nejen stupeň postižení, ale také všechna ostatní hodnotící kritéria.“⁹ Osoby se zbytky zraku jsou řazeny do hraniční skupiny a to mezi slabozraké a nevidomé.

- nevidomost

Neschopnost jedince vnímat zrakem. Je zachováno určité zrakové čítí = světlocit.

„Osoby nevidomé jsou chápány jako kategorie osob s nejtěžším stupněm zrakového postižení a patří sem děti, mládež, dospělí, a senioři, kteří mají zrakové vnímání narušeno na stupni nevidomosti (slepoty). Nevidomost můžeme ještě rozdělit na několik stupňů, a to na nevidomost praktickou, skutečnou a plnou.“¹⁰

Podle doby vzniku:

- vrozené
- získané

Podle etiologie:

- orgánové, např. vady čočky nebo vady sítnice
- funkční, např. tupozrakost, strabismus.

„Strabismus je stav, kdy při fixaci určitého předmětu na blízko nebo do dálky se osy vidění neprotínají v téže bodě.“¹¹

„Ambyopie je funkční porucha, kterou představuje snížení zrakové ostrosti různého stupně při normálním anatomickém nálezu na oku.“¹²

⁹FINKOVÁ, D. (2010). *Základy tyflopédie – Předmět, cíle, techniky prostorové orientace a komunikace*. Olomouc: UP. 56. s. ISBN: 80-24426-27-7.

¹⁰ FINKOVÁ, D. (2010). *Základy tyflopédie – Předmět, cíle, techniky prostorové orientace a komunikace*. Olomouc: UP. 56. s. ISBN: 80-24426-27-7.

¹¹ KVĚTOŇOVÁ – ŠVECOVÁ, L. *Oftalmopedie*, 67. publikace. Brno: Paido, 1998. 66 s. ISBN 80-85931-50-8.

¹² KVĚTOŇOVÁ – ŠVECOVÁ, L. *Oftalmopedie*, 67. publikace. Brno: Paido, 1998. 66 s. ISBN 80-85931-50-8.

3.1 Bližší charakteristika osob se zrakovým handicapem

Osoby nevidomé

Do této skupiny osob řadíme děti, mládež, dospělé i seniory. Největším problémem je pro takové osoby nemožnost získávat informace prostřednictvím zraku. Znamená to omezení ve všech oblastech života. Nevidomé osoby musejí přijít na informace jinou cestou. Musejí používat náhradní smysly, zejména hmat a sluch. Čich a chuť je pro nevidomé osoby také velmi důležitý. Prostřednictvím čichu a chuti se jim dostavuje řada údajů.

Výrazně narušená oblast je prostorová orientace, tedy samostatný pohyb. Nevidomé osoby mají možnost chodit s bílou holí, průvodcem nebo se nabízí také možnost pomoci od vodícího psa.

S většími problémy se potýkají osoby, které přišly o zrak v důsledku nějakého úrazu, po těžké nemoci nebo náhle.

Osoby se zbytky zraku

Zrakové vjemy osob se zbytky zraku jsou sníženy, omezeny a deformovány. Vede to k narušení představ o světě, jedince omezuje.

Výrazně je také narušena oblast prostorové orientace. Je narušená i oblast získávání informací. S touto oblastí souvisí potřeba vzdělávání osob se zbytky zraku, která se nazývá *dvojmetoda*. Osoby/ žáci se učí psát klasickým způsobem s pomocí optických pomůcek a psát i čist pomocí bodového písma.

K velké psychické zátěži může vést to, že osoby se zbytky zraku musí udržovat stálou pozornost, zažívají nemalé komplikace a to se projevuje ve dřívější unavitelnosti.

Osoby slabozraké

Kvalita získaných vjemů je snížena a omezena. Zapojení zraku vyžaduje vyšší pozornost a koncentraci a to může vést k větší unavitelnosti a pomalejšímu tempu stejně jako u osob se zbytky zraku. Je potřeba dodržovat zrakovou hygienu v oblasti intenzity osvětlení, doby zrakové práce nablízko. Pracovní místo pro slabozraké osoby musí být velké, dostatečně nasvícené a podle individuálních představ a potřeb jedince.

Prostorová orientace a samostatný pohyb daného jedince činí menší problémy, ale projevují se také, např. při hledání místa nebo při odhadu vzdálenosti. V interiérech je žádoucí zajistit dobrý kontrast, odlišnost zdí, podlahy nebo také vybavení interiéru.

Se sebe-obslužnými činnostmi u slabozrakých osob jsou větší problémy, když se zrak zhoršil až v průběhu života.

Osoby s poruchami binokulárního vidění

Nejčastěji se s těmito poruchami binokulárního vidění setkáváme u dětí předškolního věku. Jsou to poruchy funkční a lze je včasným odhalením a včasnou péčí také zmírnit nebo dokonce odstranit. Včasná lékařská péče, kdy se jedná o speciální pleoptická a ortoptická cvičení, zvolení vhodných brýlí a okluze.

Při poruchách binokulárního vidění se nejčastěji jedná o amblyopii, tedy komplexní poruchu, která postihuje především centrální vidění a strabismus, který je chápán jako porucha vzájemné spolupráce obou očí. Jedinci, kteří trpí těmito poruchami, mají narušenou zrakovou percepci, zrak tedy v rámci všech aktivit používat mohou, ale jsou jistým způsobem limitováni.

Projevuje se to ve špatném odhadu vzdálenosti předmětů v prostoru, potíže v orientaci na ploše desky u stolu nebo špatné orientace v sešitě, aj.

U sebe-obslužných činností jsou potíže např. u zavazování tkaniček nebo zapínání knoflíků.

3.2 Příčiny zrakového postižení

Tyto příčiny zrakového postižení mohou vzniknout už v dětském věku:

Geneticky podmíněná onemocnění. Nejčastěji jde o onemocnění s autozomálně recesivní dědičností a dystrofií sítnice.

Onemocnění intrauterinního období. Mezi nejčastější teratogeny jsou řazeny radioaktivní a rentgenové záření, infekční agens, léčiva a další chemické látky. Vliv celkového onemocnění matky a nejčastějším je syndrom kongenitální rubeoly, kongenitální toxoplazmózy, fetální alkoholový syndrom nebo kokainová embryopatie.

Perinatální faktory, období mezi 28. týdnem těhotenství – 28. dnem po porodu. Retinopatie nedonošených, postižení CNS.

Postnatální období v dětství. V rozvojových zemích přetrvává možnost trvalého postižení u dětí, které trpí deficiencí vitamínu A nebo trpí spalničkami.

Neznámá etiologie. V řadě případů se nepodaří příčinu zrakového postižení prokázat a mluví se o *multifaktoriálních příčinách*.

4. Terapie a rehabilitace

Léčba a náprava zrakových vad je předmětem zejména lékařské péče, pokud se týká zrakových orgánů a jejich funkce. Speciální pedagogika navazuje na lékařskou péči. Vážnou zrakovou vadu není často možné zcela vyléčit ani jinak odstranit, je důležité věnovat se komplexní rehabilitaci zrakově handicapovaného člověka. Zapojit takového jedince do běžného života ve společnosti mohou napomoci tato opatření v různých oblastech:

medicínské – léčby, operace

sociální – udržování a rozvíjení rodinných, partnerských, přátelských a dalších vztahů

pracovní – zaměstnávání

pedagogické – studium

psychologické – poradenství a psychoterapie

Rehabilitační aktivity by měly směřovat k základním cílům:

1. zlepšování orientace
2. odstraňování komunikačních bariér
3. dosažení samostatnosti a nezávislost v co největší míře

5. Speciální pomůcky

Smyslové postižení výrazně omezuje člověka ve většině oblastí běžného života, tak je důležité v řadě situací hledat dostupné možnosti kompenzace.

Existuje nepřeberné množství kompenzačních pomůcek, které zlepšují sníženou zrakovou percepci, tj. speciální brýle, lupy. Nebo dovolují zrakově postiženému člověku alternativně využívat kompenzační smysly, tj. pomůcky, které jsou založené na sluchovém nebo hmatovém vnímání.

Kompenzační pomůcky pro osoby se zrakovým postižením:

Nejzákladnější pomůckou pro nevidomé je **bílá hůl**, která může být pevná, skládací, krátká, dlouhá, dřevěná, kovová nebo plastová.

Bílá hůl může plnit čtyři funkce:

Signalizační

Signalizační funkcí se rozumí skutečnost, že bílá barva na holi upozorňuje kolemjdoucí a řidiče na osobu těžce zrakově postiženou a že je tedy nutné brát na tuto okolnost ohled a v případě potřeby poskytnout pomoc.

Tuto funkci splňuje každá bílá hůl.

Ochrannou

Upozorní v dostatečném předstihu na překážku a chrání před případným střetem.

Orientační

Vyhledává body a znaky hmatového charakteru a tím napomáhá k prostorové orientaci a samostatnému pohybu nevidomých osob.

Opěrnou

Hůl jako prostředek opory pro starší a nemocné zrakově postižené osoby.

Každý typ bílé hole může plnohodnotně splňovat dvě až tři funkce.

Neexistuje univerzální bílá hůl a nelze očekávat, že jeden typ hole bude splňovat všechny čtyři funkce.

5.1 Pomůcky pro každodenní využití

Na psaní:

- kolíkové písanky šestibodové
- řádkové tabulky, které mohou být jednořádkové nebo trojřádkové
- šablona na podpis
- šablona na adresy
- tyflografický zápisník
- tyflografická kazeta
- slepecký Pichtův psací stroj: psací stroj pro nevidomé se sedmi klávesami: šesti se píší body, sedmá je mezera mezi slovy, vyrábí se pro psaní pravou, levou i oběma rukama, při psaní jsou body vytlačeny do papíru zespodu a tím lze okamžitě text číst (*obrázek viz příloha*)

Na čtení:

- učebnice, časopisy a knihy v Braillově písmu
- čtecí přístroje, snímají obraz a poskytují jeho akustický nebo hmatový výstup
- přístroje se zabudovaným počítačovým systémem s hlasovým nebo hmatovým výstupem
- akustické kalkulačky
- magnetofony
- diktafony

Tělesná výchova:

- ozvučený míč
- hmatové značky na podlaze pro lehkou atletiku

Sebe-obslužné činnosti:

- speciálně upravené minutové hodiny
- krejčovský plátěný metr
- skládací metr
- kuchyňské váhy

Pro aktivitu na volný čas:

- zvukové majáky
- zvukové indikátory světla a hladiny
- společenské hry na hmat: šach; dáma; domino; člověče, nezlob se

Reedukační pomůcky:

Umožňují samostatnost při vykonávání různých činností.

Rozvoj psaní vyžaduje speciální psací pomůcky:

- fixy se silnější stopou
- sešity s výraznějšími linkami
- pracovní stoly se zdviženou nebo vyklápěcí pracovní deskou s lokálním osvětlením

Optické pomůcky:

Brýle – v antickém Římě začíná historie brýlí. Císař Nero sledoval zápasy gladiátorů pomocí speciálně broušeného smaragdu, berylu – od kterých dostaly brýle své jméno.

Ve 13. století jeden františkán poprvé zhotovil tzv. „skla na čtení“, které byly vyráběny z křišťálu.

Ve 14. století na ostrově Murano v Benátské laguně vyrobena první skutečná brýlová skla. Dodnes jsou vystavené v místním muzeu.

Tento vynález se ovšem připisuje i Angličanovi Rogeru Baconovi, který v roce 1268 napsal o vypouklých čočkách, které se používají ke čtení.

Kolem roku 1300 vynalezl brýle, které nebyly moc odlišné od nynějších Ital Salvino Armati.

Benjamin Franklin zhotovil brýle v roce 1784, které měly dvě ohniska a brýle, které vynalezl astronom George Airy korigující astigmatismus z roku 1827. Brýle ale snadno padaly z nosu a v polovině 15. století vymysleli v Itálii tzv. „závěsné brýle“. Z rámečku z každé obou čoček vybíhal nahoru drátek, který byl připevněný na drátěnou obroučku kolem hlavy. V 16. století přišli Španělé s hedvábnými pásky, které se přivazovaly za uši. Číňané to vylepšili tím, že na konec pásků pověsili malá závaží.

Za postranní ramena, které doplňují obroučky vděčíme londýnskému optikovi Edwardu Scarlettovi z doby roku 1730.

Dioptrické brýle slouží pro korekci: krátkozrakosti, dalekozrakosti, tupozrakosti (zhoršené vnímání detailů). Bifokální a multifokální mají různou lámavost v různých místech. Většinou mají v dolní části skel spojky pro čtení a v horní části skel spojky pro rozptylky pro vidění do dálky.

Lupové brýle – Hyperokuláry - brýle, které zlepšují centrální zrakovou ostrost, v brýlové obrubě je zasazená silná čočka, který umožňuje zvětšení pro práci do blízka.

Dostupná škála hyperokuláru se nachází ve zvětšení 4-12x. Nevýhodou je krátká pracovní vzdálenost, kterou musí uživatel dodržovat, jinak výsledný obraz nemůže být ostrý, protože čím větší je zvětšení hyperokuláru, tím kratší je pracovní vzdálenost.

Kontaktní čočky – o prvních kontaktních čočkách uvažoval již Leonardo da Vinci, ale první kontaktní čočky zhotovil německý optik Herschel v roce 1827. První kontaktní čočky se nebrousily, ale vyfoukávaly.

V roce 1887 německý fyziolog Adolf Eugen Fick zkoušel afokální kontaktní skořápku z hnědého sklíčka a v roce 1911 v Zeissových závodech vznikly první kontaktní čočky z umělé hmoty.

Revolucí pro kontaktní čočky byla výroba z měkkého materiálu s názvem HEMA, který vyvinul Otto Wichterle v pražském ústavu makromolekulární chemie v roce 1961.

Použití silikonu - hydrogelu je konečným výsledkem, ke kterému došlo v USA na počátku osmdesátých let.

Od roku 1999 jsou některé druhy silikon-hydrogelových kontaktních čoček s vysokou propustností pro kyslík schváleny na delší dobu nošení – i přes noc, ale při dlouhodobém nošení mohou vzniknout komplikace a tak se tento způsob příliš nedoporučuje.

Dnes jsou kontaktní čočky moderní optickou pomůckou. Je to pro mnohé uživatele plnohodnotná náhrada za brýle, na které si nemusejí lidé zvyknout.

Ruční lupa s rukojetí – neboli „lupa do ruky“ posouvá se po podložce nad čteným textem, zvětšení 4x – má velký průměr kruhový nebo obdélníkový, výhodou je skladnost, přesnost a používání v exteriéru při aktivitách venku, např. pro čtení knih, jízdních řádů, otvírací doba v obchodě.

Pro lehce slabozraké je ruční lupa přínosným pomocníkem na cesty.

Nevýhodou je nutnost držení v ruce v konstantní vzdálenosti.

Lupa stojánková – umožňuje čtení a psaní pod lupou. Tato lupa má zabudované osvětlení, stojánek určuje fixní vzdálenost od textu. Uživatel lupy pouze posunuje podle potřeby, tyto lupy se nabízejí ve zvětšení 4-20x.

Předsádkové lupy – nazývají se *Labo-Clipy*, jsou to lupy na kolíčkovém úchytu, nasazují se na brýle do blízka.

Zvětšovací televizní lupa – je to speciální čtecí přístroj, který slouží pro slabozraké na čtení tištěných i psaných textů a na prohlížení obrázků.

Nejnovější televizní lupy pracují na principu počítače.

Dalekohledové systémy – používají se ke zrakové práci do dálky, jen v menší míře do blízka.

Jedná se o dva typy dalekohledových systémů:

Dalekohled na základě Galileiho systému - spojka + rozptylka. Používá se do dálky nebo blízka se zvětšením 1,5 – 4x. Systém do dálky lze doplnit předsádkami do blízka spojenými čočkami, které se nasazují na objektiv dalekohledu.

Dalekohled na základě Keplerova systému – spojka + spojka. Používá se pouze do dálky. Zvětšení 3 – 8x. Je možné zaostřovat na objekty do nekonečna – tzv. *zoom*. Některé typy lze možné doplnit lupou do blízka (předsádkovou).

Filtry – Filtrové brýle – pomůcka pro zvýraznění kontrastu. Žlutý filtr prokreslí oblaka na černobílé fotografii, růžový filtr zvýrazní barvy.

Elektronické pomůcky:

Optacon, čtecí přístroj, který převádí běžný tisk do reliéfní podoby.

Záznamník s klávesnicí s bodovým písmem a hlasovým výstupem s možností také připojení na tiskárnu, Eureka, Aria.

Zápisník pro nevidomé, který je s hlasovým výstupem.

Digitální čtecí zařízení (s hlasovým výstupem).

Osobní PC s hlasovým výstupem.

Je důležité si uvědomit, že některé pomůcky nejsou vhodné pro každého nevidomého či slabozrakého člověka.

5.2 Louis Braille - Braillovo písmo

Louis Braille se narodil 4. 1. 1809 v Coupvray ve Francii a zemřel 6. 1. 1852 v Paříži. Tento Francouz byl sám nevidomý a vytvořil **speciální systém bodového písma**.

Jako tříletý chlapec si nešťastnou náhodou poranil šídlem levé oko. Tehdejší léčba nepomohla, právě naopak – do rány se dostala infekce, která nakonec zasáhla i druhé oko a během necelých dvou let přišel o zrak úplně. Sám od sebe se naučil po hmatu rozeznávat několik písmen, které vystupovaly na koženém potahu křesla.

První kniha v Braillově písmu vyšla v roce 1829, velký zájem o ni však nebyl. Přestože Louis Braille své písmo průběžně vylepšoval (např. přidáním číslic a matematických symbolů), do jeho smrti se mezi slepými téměř nerozšířilo.

Od roku 1932 - Braillovo písmo používá celý svět.

5.3 Čtení Braillova písma a jeho použití

Braillovo písmo neboli také Braillovo slepecké písmo je speciálním druhem písma, které je určené pro nevidomé a slabozraké osoby. Braillovo písmo je založeno na principu tzn. plastických bodů, které jsou vyraženy do papíru (tvrdšího a speciálního), nebo do jiného materiálu, který je vhodný k tomuto účelu. Čtenář pak může vnímat písmo svým hmatem (tzn. po hmatu).

Každý znak Braillova písma tvoří šest bodů, které jsou uspořádány do obdélníku o velikosti 2 x 3. Na každém z bodů je vytlačena hmatatelná tečka. Dohromady můžeme vytvořit 64 možných kombinací pro jednotlivá písmena, tedy pokud prázdný znak, bez teček je považován za mezeru, tím pádem je to 63 možných znaků.

Dodnes je výraznou pomůckou komunikace pro nevidomé a zrakově handicapované osoby.

Braillovo písmo můžeme vidět všude okolo nás. Můžeme ho denně spatřit na krabičkách od léků, ve výtahu apod.

(viz příloha)

6. Komunikace pro zrakově handicapované

S komunikací nevidomý nemá žádné problémy, ale je potřeba znát pravidla, která se týkají spíše záležitostí, které doprovázejí komunikátora než samotnou komunikaci.

Rozdělení na tři části:

Ústní:

Před každým kontaktem se zrakově postiženým člověkem je nutné ho oslovit, aby věděl, že sdělení, ke kterému dojde, bude právě pro něj. Verbální kontakt musí vždy předcházet fyzickému kontaktu a je potřeba na to pamatovat. Je potřeba se vždy představovat svým jménem nebo se identifikovat přijatelnou formou, protože i hlasy blízkých osob se za některých okolností mohou zrakově postiženému člověku plést. I když si osoby uvědomují, že zrakově postižený člověk je nemusí zcela vidět nebo nevidí úplně, je vždy potřeba mluvit přímo na něho, protože když se tak neděje, tak na zrakově postiženého člověka to může působit tak, že se může cítit méněcenný, nedůležitý nebo se mu tako může způsobit nejistota, zda se komunikuje právě s ním.

Při hovorech se ZP není nutné vyhýbat se slovům, které souvisí s viděním, protože je vždy lepší říci: „podívej/te se, prohlédněte si, koukněte se“ než: „představ/te si, ohmatej/te

si“ aj. S těmito pojmy nesouvisí totiž žádný podstatný problém a může ho i rušit, když člověk má na něho nadbytečné ohledy, které dává najevo.

Popisy a pokyny pro hledání nebo přemísťování věcí pro zrakově postiženého člověka jsou velmi důležité a je nutné používat pojmy jako např.: „vlevo, vpravo, vpředu, vzadu, nahoře, dole“ aj., obvykle se totiž používá: „tady, támhle, tudy“, atd.

Je třeba dát zrakově postiženému člověku více a dostatek času pro samostatné jednání, protože urychlování činností ničemu nepomáhá. Naopak může stresovat a vést k tomu, že si ZP člověk může připadat opět méněcenný, neschopný, zbytečný.

Písemná:

Předčítání – je možné provádět jen v reálném čase, kdy nevidomému přečteme dopis, článek nebo knihu.

Čtecí zařízení – slouží se snadnému čtení dokumentů i knih díky kamerové čtečce s velkou hloubkou ostrosti dokáže přečíst text např. i z kulatých předmět. Čtecí zařízení může být propojeno s počítačem – monitorem, televizorem.

E-knihovny - obdobou knih jsou nyní e-knihovny, kde se nevidomý zaregistruje a jsou mu poskytnuty seznamy knih, které jsou namluvené na CD a jsou k dispozici zkrácené a nezkrácené verze; klient si vybere knihu, která ho zaujme a výběr knih zašle do e-knihovny a nazpět pracovník e-knihovny dodá knihy v namluvené podobě.

Elektronická:

Fax - např. práce s obraznou pomůckou, ale pro nevidomého to je nečitelné.

E-mail - používá se spíše jen prostý text, formátování je v této oblasti pro nevidomého nepodstatné.

Web - pro používání internetu má nevidomý k dispozici hlasový reproduktor, který mu zprostředkovává informace na webové stránce mluveným slovem.

6.1 Desatero při kontaktu se slabozrakými lidmi

V České republice žije okolo 150 000 slabozrakých lidí. Slabozrací mají zrak oslabený v různé míře a také různým způsobem. Slabozrací lidé mají problémy při každodenních činnostech, v zaměstnání nebo při komunikaci s ostatními lidmi.

Důležité body, které pomáhají při kontaktu se slabozrakými:

- 1) Zraková vada je někdy nápadná, někdy si jí člověk nemusí ani všimnout. Některým slabozrakým lidem dioptrické brýle nepomáhají.
- 2) Někteří lidé jsou citlivější na silné osvětlení, tj. světloplachost a je možné to řešit tmavými brýlemi, používáním méně intenzivního osvětlení v místnosti nebo zatemnění oken. Naopak některým lidem se zhorší vidění při nízké intenzitě osvětlení, tzv. šeroslepost. Šeroslepost se řeší silnějším osvětlením. Může se to projevovat na ulici, která je zalitá sluncem.
- 3) Změna osvětlení může slabozrakým lidem trvat velmi dlouho.
- 4) Zřídka kdy se setkáme s člověkem, který vůbec nerozlišuje barvy. Vidí pouze černobíle. Častější je porucha rozlišování některých barev.
- 5) Snížená zraková ostrost a omezení zorného pole způsobují slabozrakým praktické potíže. Se zúženým zorným polem má ztíženou schopnost orientace v prostoru a je dobré používat bílou hůl. Při nízké zrakové ostrosti nastávají problémy se čtením, rozlišením malých předmětů nebo poznáváním lidí.
- 6) Ve známém prostoru se slabozraký člověk pohybuje bez potíží a bezpečně. V novém, tedy neznámém prostředí potřebuje pomoc druhých lidí.
- 7) V době, kdy se zhorší podmínky pro vidění, užívá slabozraký tmavé brýle a bílou hůl.
- 8) Slabozrací musí mít přednost u informačních tabulí, u zboží v obchodech a k dalším potřebným předmětům. Nejlepší je, když si slabozraký může vzít předmět do ruky a teprve potom ho může více vnímat. Může při tom použít i lupu nebo dalekohled.
- 9) Je dobré využívat kontrast, tzn. černý fix na bílém papíře, žlutá hrana na tmavém schodu nebo jasně čitelně vyobrazeno WC, apod.
- 10) Je lepší slabozrakému člověku nabídnout pomoc jako první, dříve než nás sami o ni požádají. Neostýchat se přímo zeptat s čím bychom mohli pomoci.

6.2 Hmatové vnímání u zrakově handicapovaných

Osoby s těžkým zrakovým handicapem poznávají svět především pomocí hmatu. Hmatem získává člověk představu nějakého celku (předmětu). „Hmatáním“ osoba poznává nejen kvalitu povrchu, ale navíc může s předmětem manipulovat.

Rozeznáváme tři formy hmatového vnímání:

Pasivní hmatové vnímání

Při přiložení ruky nebo jiné části těla na zkoumaný předmět bez dalšího pohybu, vznikají vjemy.

Aktivní hmatové vnímání

Neboli **haptika** je základem smyslového poznání nevidomých, návyků a prostorové orientace. Haptika je podle defektologického slovníku definována jako hmatové vnímání ve smyslu poznávání předmětů a jevů jako celků, jakož i vztahů mezi nimi. Haptizace představuje soubor postupů, které umožňují ztvárnění informací tak, aby byly vnímatelné hmatem.

Zprostředkované, instrumentální hmatové vnímání

Zkoumání předmětů a okolního prostředí nástroje (např. bílou holí při orientaci v terénu).

Při hmatovém vnímání může být využito jedné nebo obou rukou. Výhoda je, že činnost obou rukou probíhá rychleji, odráží fyzikální i prostorové vlastnosti jednoho nebo i několika objektů současně.

Nevidomý může hmatem získat také informace, které se zdají být zprostředkovatelné pouze zrakem, např. může zjistit podle tepla, které sálá ze žárovky, že je rozsvícena.

„Zrak jest dotek na značnou dálku obohacený o vjem barevnosti. Hmat jest toliko vidění na blízko bez poznávání barev, ale bohatší o vjem drsnosti. Oba smysly dávají nám poznatky téhož druhu.“¹³

Villey, P.: Pedagogika slepců

¹³KEBLOVÁ, A., *Hmat u zrakově postižených*, 1. vydání. Praha: Septima, 1999. 40 s. ISBN 80-7216-085-0.

6.3 Sluchové vnímání u zrakově handicapovaných

Sluch poskytuje člověku až 15% všech informací z okolního prostředí.

Sluch umožňuje těžce zrakově postiženému orientovat se v prostoru. Sluchové představy o prostoru jsou méně přesné než představy hmatové.

Sluchové představy osob se zrakovým postižením jsou spojeny s představami hmatovými, je to podobně jako u vidoucích s představami zrakovými.

6.3.1 Vnější faktory pro sluchovou orientaci

Pro svou sluchovou orientaci lidé se zrakovým postižením potřebují vhodné vnější podmínky. Potřebují slyšet hlavně sami sebe, vnímat svůj pohyb a rozlišit zvuky, které přicházejí i z okolí.

Orientaci pomocí sluchu ovlivňuje zvukové pozadí = souhrn všech zvuků, zvuky, které jsou na základě zkušenosti nevýznamné, a proto je tato orientace utlumena.

„Všechna tajemství slepecké činnosti, která způsobila vždy tolik podivů mezi vidoucími, lze při bedlivějším zkoumání vysvětlit zjevem psychologickým, velmi prostým: jest to zastupování smyslů.“¹⁴

Villey, P.: Pedagogika slepců

7. Pojem stáří a stárnutí

„Pod pojmem stárnutí se nejčastěji rozumí souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které se projevují zvýšenou zranitelností a poklesem výkonnosti jedince. Stárnutí je tedy součtem změn, kterým podléhá organizmus v průběhu času.“¹⁵

Stáří je nejčastěji vymezeno chronologicky a podle Světové zdravotnické organizace je základní klasifikace vyššího věku formulováno takto:

45-59 let: střední nebo zralý věk, 60-74 let: vyšší věk nebo rané stáří, 75-89 let: stařecký věk, 90 a výše: dlouhověkost.

Psychologický slovník definuje seniora, který je starší šedesáti let.

¹⁴KEBLOVÁ, A. *Sluchové vnímání u zrakově postižených*, Praha: Septima, 1999. 30 s. ISBN 80-7216-080-X.

¹⁵ DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. Grada, 2012. 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.

Stáří je období, kdy se mění způsob života. Člověk, který je produktivní přechází pozvolna do období stárnutí a uvědomí si to nejčastěji, když se objeví *syndrom prázdného hnízda*, tzn., že dospělé děti se osamostatní a mají děti. Dalším obrovským mezníkem je odchod do penze. Dochází k úbytku sil, zpomalování tempa, na které byl člověk zvyklý a zhoršuje se zdravotní stav.

Úmrtí partnera a vrstevníků je další velmi důležitá životní změna, která nastává s pocitem zbytečnosti a může nastat spolu se zanedbáváním sociální izolace od ostatních osob.

Stárnutí a stáří je ovšem velmi individuální záležitost, protože lidé stárnou různým tempem, někdo může stárnout rychleji, jiný zase pomaleji.

Období stárnutí a stáří je všeobecně pojímáno a chápáno negativně a také s obavami, protože jsou očekávány problémy, různé omezení, ztráta soběstačnosti, snížení mentálních funkcí apod.

8. Pojem reminiscence a reminiscenční terapie

Pojem **reminiscence** vznikl z latinského slova *reminiscere* = *vzpomenout se, rozpomenout se, obnovit v paměti*. Je to synonymum českého výrazu vzpomínka či vzpomínání. Britský geriatr Robert Woods a jeho spolupracovníci definují reminiscenci jako hlasité nebo tiché – skryté, vnitřní vybavování událostí ze života člověka, které se uskutečňuje buď o samotě, nebo spolu s jinou osobou či skupinou osob.

Reminiscenční terapie je rozhovor mezi terapeutem a starším člověkem/seniorem nebo skupinou seniorů o jejich dosavadním životě, dřívějších aktivitách, událostech, které prožili a zkušeností. Pro tuto terapii se často využívají různé pomůcky jako např. fotografie, předměty, nástroje, staré přístroje, nářadí, módní doplňky, hudba apod.

8.1 Příprava na reminiscenci

Úplným základem je znalost událostí a společenských poměrů, které provázely život starých lidí. Ovšem důležité jsou i lokální historické události, atmosféra z té doby, různé osobnosti, specifika dané lokality atd.

Pro osoby, kteří se chtějí věnovat práci se vzpomínkami, je velkou výhodou, když si dokáží sami propojit život klientů, s tím, co se v době jejich mládí dělo ve společnosti. Znalosti jsou *důležitým reminiscenčním podnětem* pro kladení otázek, zasvěcené reagování na

vyprávění seniora, porozumění. Historické události nebo osobnosti mohou být velice vhodným tématem reminiscenčních rozhovorů ve skupinách s klienty. (např. T. G. Masaryk, druhá světová válka, 50., 60. léta atd.)

Nelze nabízet témata, které by mohly vést k rozporu, tedy ke konfliktu. Musíme respektovat klientův pohled na věc, na situaci a životní zkušenosti. Každý názor se cení a neexistuje špatná interpretace událostí, pokud nejsou objektivní důkazy. Velké plus se dává cenným zkušenostem a vypravěčské schopnosti některých seniorů, kteří jsou schopni v pokročilém stáří zaujmout posluchače nebo poutavě zaznamenávat své paměti jinou formou.

Pro zahájení reminiscenční práce je dobré si vytvořit a sestavit časovou osu, na jejímž jednom konci je počátek života dnešních seniorů a na druhém konci je současnost. Na osu se zanesou důležité historické události, které mají určitý význam. Mohou se doplnit zajímavosti u oblasti vědy, techniky, kultury i všedního života. Zaneseme na osu i věk seniorů, osobní a rodinné události, které v té dané době nejpravděpodobněji prožívali.

Časovou osu si může sestavit reminiscenční pracovník/asistent úplně sám, pokud si doplní znalosti z dějin a také je potřeba si uvědomit souvislosti mezi životem seniorů, s nimiž bude pracovat. Není vyloučeno, že by pracovník/asistent nemohl připravit osu se svými spolupracovníky, aby také podpořil jejich zájem o rozvoj reminiscenčních aktivit. Další možností je zapojit do časové osy také členy reminiscenční skupiny a vytvořit jim tak program pro jejich setkávání, který navodí vhodnou atmosféru a může tak připravit výběr témat pro jejich další setkávání.

8.2 Vhodný prostor pro reminiscenci

Prostor, kde se lidé scházejí na reminiscenční aktivity, by měl vyzařovat pohodu a lákat k posezení. K tomu je vhodné mít tematické prostředí, které navodí tu správnou atmosféru. Je vhodné najít správné uspořádání, aby bylo seniorům příjemně. Např. retrokavárny jsou dnes velmi oblíbené i u mladé generace stejně jako retrospektivní výstavy, historizující akce tj. lokální trhy, jarmarky, bleší trhy a vlastivědná muzea, na jejichž vybudování se mohou senioři sami podílet.

Různé vinárny jsou plné starých fotografií, plakátů, náradí a přístrojů, zatímco prostředí domovů pro seniory bývá moderní, holé někdy až sterilní, jako by tam žil někdo bez minulosti. Je tedy velmi žádoucí prostory vyplnit a zútulnit, upravit, vybavit a dekorovat je předměty, které stimulují vzpomínky. K tomu může posloužit starý nábytek, příborník, šicí stroje, obrazy a různé staré předměty, které k tomu napomůžou.

8.3 Umění správného rozhovoru

Základem všech technik pro reminiscenci je rozhovor. Předpokladem je aktivní a empatické naslouchání. „*Kdo se naučí naslouchat starým lidem, může prožít nečekanou odměnu v podobě hlubokého sebepoznání.*“¹⁶

Před samotným rozhovorem by se měl pracovník/asistent soustředit na sebe samotného, zhluboka dýchat, aby se oprostil od svých vlastních problémů, emocí a rušivých elementů mohl tak být otevřený k naslouchání druhých. Říká se tomu *technika centrování*.

Předpokladem vedení rozhovoru je od samého začátku koncentrace pozornosti, navazování hlubokého kontaktu, projevování zájmu, kladením otázek, popisování toho, co cítí, reflektování toho, co slyší a vnímá, rekapitulace sděleného je také velmi důležitá. Je nutné poskytnout dostatek času na to, aby sám senior vyjádřil to, co chce a potřebuje říci. Někdy bude potřebovat pomoc, podporu a nápovědu. Jindy bude hovořit sám a vzpomínky se budou jen hrnout. V tomto případě postačí jen tiché a hlavně pozorné naslouchání. Smyslem totiž není zjistit, co nejvíce informací, ale je jím sdílení v atmosféře a poskytnutí důvěry, podpory a pochopení.

Je bohužel paradoxní, že rozhovor jako základ sociální péče o seniory není managementem uznávaný, ale je naopak často odmítáný jako pouhé tlachání.

8.4 Práce se vzpomínkami u seniorů

Práci se vzpomínkami se seniory rozšířila v Evropě Pam Schweizer, která byla původní profesí herečka. Její původní myšlenka byla dramaticky ztvárnit příběhy, které se objevují ve vzpomínkách starých lidí a přenést některé divadelní hry, které jsou nastudované profesionálními herci přímo do seniorských zařízení. Pam Schweizer se setkala s velkým ohlasem od obyvatel těchto zařízení.

Reminiscenční komunitní centrum, které vytvořila v Londýně, připomíná svým vybavením, zvuky, vůní celkovou atmosférou dobu před 2. světovou válkou a během ní, kdy senioři byli dětmi. Je zde příjemné posezení v historické kavárně, návštěvníci se mohou podívat na dobové filmy, výstavy aj. Reminiscenční komunitní centrum slouží i jako vzdělávací centrum pro seniory. Mají zde počítačové kurzy, setkávají se s různými generacemi, to také znamená, že senioři mohou vyučovat děti, které centrum navštíví. Vyučuje se ve staré třídě.

¹⁶ JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ M. *Reminiscence. Využití vzpomínek při práci se seniory*. Portál 2010. 152 s., ISBN 978-80-7367-581-3.

Existují zde vzpomínkové besedy, výtvarné práce, např. vytvářejí zde „vzpomínkové krabice“. Píší zde své vzpomínkové knihy tzv. *knihy života* (*life book*). Mohou společně nacvičovat divadlo, sledovat fotoalba svých sousedů apod.

Práci se vzpomínkami je věnována velká pozornost a také zlepšuje u seniorů psychický i zdravotní stav, protože:

- jejich život byl plný životních událostí, které jsou velice důležité;
- jejich život má cenu;
- senioři si potvrzují svou vlastní identitu;
- zaměstnávají své myšlení a paměť;
- uspokojují potřebu předat informace dál mladší generaci a tím mají svůj podíl na pokračování života;
- obecně velký význam má setkávání se ve skupinách, ve společenství, protože lidé vzpomínají společně;
- vzpomínání oslovuje také vnímání člověka, protože vzpomínky jsou spojeny s příjemnými pocity, přinášejí pozitivní prožitky situací tak, jak proběhly kdysi dávno včetně emocí;
- vzpomínání je důležitý zdroj informací pro pracovníky domovů, posiluje vztah mezi pečovatelem a klientem, protože každý člověk přichází se svou velkou a vlastní historií, zvládnutými i některými nezvládnutými životními úkoly, s významnými životními rolemi, které ten daný klient vykonával, s různými vztahy, které prožíval a tím se stává osobností, která zaslouží naši úctu, zájem, soucit a také lásku.

Reminiscenční aktivity probíhají formou skupinových setkání, ale také při každodenním a individuálním kontaktu pracovníka s klientem.

Vzpomínky jsou přirozenou duševní činností každého člověka. Základem lidské identity je vybavování si starých paměťových stop v různých souvislostech během celého života.

Jsou to důležité skutečnosti jako např., co dělal, kým byl, jak vnímal různé události okolo, s kým se v životě potkal, kde žil, co uměl, koho měl rád, kdo tvořil jeho rodinu, jaké zvyky v životě měl apod.

Život provázejí neustálé změny a ve starším/seniorském věku zejména četné ztráty. Vzpomínky drží identitu pohromadě.

Když jsou lidé přemístěny do nějaké organizace/domovů, opustí vše, s čím žili, a není nikdo, komu by o svém životě mohli vyprávět. Je pak velmi časté, že můžeme slyšet, že je nikdo nemá rád, nemají se komu vypovídat, nemají žádné vzpomínky, nic není... oni nejsou... Zkušenosti mnohdy dokládají, že stačí málo, aby starý člověk začal sám vyprávět. Můžeme objevovat neskutečně krásné, ale i někdy smutné lidské příběhy, které jsou velice zajímavé a jedinečné.

Touto kapitolou jsem chtěla říci a přiblížit, že u seniorů se zrakovým postižením je to podobné. Je zřejmé, že senioři hůře vidí i v pokročilejším věku bez diagnostikované zrakové vady a vzpomínky jsou pro ně nezbytně důležité.

(viz příloha – fotografie z Palaty – reminiscenčních místností a předmětů, které se tam nacházejí)

9. TyfloCentrum Mladá Boleslav

Základní informace:

TyfloCentrum Praha, o. p. s.:

Adresa:

Krakovská 21

110 00 Praha 1

Pracoviště Mladá Boleslav:

Václava Klementa 467

Mladá Boleslav 293 01

Místo realizace služeb pro Středočeský kraj:

- Krakovská 21, 110 00 Praha 1 – pro Prahu
- Nám. T.G. Masaryka 1, 261 19 Příbram 1- pro Příbramsko
- Václava Klementa 467, 293 01 Mladá Boleslav – pro Mladoboleslavsko
- Smetanova ulice 764, 280 12 Kolín – pro Kolínsko

Další města: Brno, Hradec Králové, Jihlava, Karlovy Vary, Liberec, Olomouc, Ostrava, Pardubice, Plzeň, Praha, Ústí nad Labem, Zlín, České Budějovice.

9.1 Cíl, účel organizace

Obecně prospěšná společnost TyfloCentrum Praha je specializované centrum služeb pro nevidomé a slabozraké občany Prahy a Středočeského kraje. Základním cílem je podporovat těžce zrakově postižené lidi v plné integraci do společnosti, zejména poskytováním příležitostí vedoucích k jejich osobnímu rozvoji a větší míře seberealizace.

Pomáhá vytvářet podmínky pro integraci, která minimalizuje psychologické, zdravotní, sociální a ekonomické důsledky zrakového postižení.

Poslání:

Zmírňuje těžkosti, které zrakové postižení přináší, a tím pomáhá lidem se zrakovým postižením naplňovat jejich představy o vlastním životě.

Zřizovatel organizace:

Společnost TyfloCentrum Praha, o. p. s. byla založena dne 26. 7. 2002 v Praze Sjednotnou organizací nevidomých a slabozrakých České republiky (SONS ČR) se sídlem Krakovská 21, 110 00 Praha 1. společnost byla založena za účelem poskytování služeb definovaných v zakládací listině.

Zdroje financování (výše příspěvku klienta):

Dotace od: Ministerstva práce a sociálních věcí, Krajských úřadů, Magistrátů krajských měst, Nadace rozvoje občanské společnosti.

9.2 Rozsah nabízených služeb

- služby prvního kontaktu pro těžce zrakově postižené občany včetně jejich vyhledávání
- základní poradenství o možnostech kompenzace handicapu zrakového postižení i o poskytovatelích služeb takto postiženým lidem
- sociálně právní a pracovně právní poradenství
- technické poradenství při výběru kompenzačních pomůcek včetně nácviku obsluhy
- základní i nadstavbové kurzy práce s PC
- rozvoj a docvičování dovedností získaných v programech základní rehabilitace (vaření, stolování, nakupování, práce v domácnostech, čtení atd.)
- služby osobní asistence (průvodcovské, předčitatelské a jiné asistentské služby)
- pomoc při odstraňování architektonických bariér
- další služby (jednorázové pomoci s vyřizováním korespondence, vyplňování formulářů, digitalizace textů)
- podpora volnočasových aktivit zrakově postižených občanů (kulturních a sportovních aktivit) a další.

Využívání práce dobrovolníků:

Ano, je to vítané. Zvláště pro osobní asistenci nevidomým lidem.

Vybavenost zařízení a typy služeb, které jsou poskytovány: (v Mladé Boleslavi)

- odborné sociální poradenství
- průvodcovské a předčitatelské služby
- sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením (volnočasové aktivity, dobrovolnický program)
- sociální rehabilitace (podpora pracovního uplatnění)

Poznámka: ***Bohužel TyfloCentrum v Mladé Boleslavi je již zrušené.***

10. Palata – Domov pro zrakově postižené

Základní informace:

Adresa:

Na Hřebenkách 737/5

Praha 5 Smíchov

PSČ 150 00

10.1 Cíl, účel organizace

Cílem organizace je podpora, rozvoj a zachování soběstačnosti klientů Domova, zajištění důstojného prostředí a zacházení, pomoc v udržování vztahů klientů s jejich původním prostředím.

Zřizovatel organizace: Hlavní město Praha

Zdroje financování (výše příspěvku klienta):

Jednolůžkový pokoj: 10 710,-

Dvoulůžkový pokoj: 9 900,-

Personální obsazení:

Ředitel domova; manažer kvality, zástupce ředitele; pracovník vztahů k veřejnosti; sociální pracovníce, vedoucí úseku A; vedoucí úseku B; vedoucí úseku C; vedoucí úseku D; vedoucí zdravotního úseku; vedoucí provozního úseku; vedoucí stravovacího úseku; klinický psycholog; psycholog; logoped a další pracovníci jako např.: zdravotní sestry a bratři.

10.2 Rozsah nabízených služeb

- základní sociální poradenství;
- ubytování;
- stravování;
- pomoc v péči o vlastní osobu;
- terapeutické služby (pracovní terapie: keramika, vyšívání, batikování, výroba svíček, pletení košíků, práce s papírem, látkou, vlnou...; čtení denního tisku, časopisů a knih; muzikoterapie; rekondiční cvičení; trénování paměti; canisterapie; adaptační skupina; arteterapie; aromaterapie; reminiscenční terapie (*reminiscence – vzpomínání na předem zadané téma. Témata jsou chronologicky řazena, tzn. dětství, rodiče a prarodiče, škola, dospívání a dospělost. Využívá se různých předmětů, které jsou spojeny s danými tématy a napomáhají tak vyvolávat lépe vzpomínky klientů.*) – (viz kapitola o reminiscenční terapii); taneční terapie;
- kontakty se společenským prostředím: kulturní a společenské programy; vypůjčení zvukových knih ze slepecké knihovny; park v Palatě; aktivity mimo domov Palata; výlety;
- pomoc při uplatňování práv;
- zdravotní služby: ošetrovatelská péče; rehabilitace;
- psychologická a logopedická péče;
- fakultativní služby;
- služby externistů: kadeřnické služby, pedikúra; kiosek

10.3 Cílová skupina klientů

Sociální služba je určena pro osoby:

1. Hovořící česky.
2. Zejména pro osoby s trvalým bydlištěm na území hl. m. Prahy.
3. Se zrakovým postižením – úplnou nevidomostí, praktickou nevidomostí nebo těžce slabým zrakem.

4. Minimálně se středně těžkou závislostí na pomoci druhých osob podle §8 zákona 108/2006 Sb.

5. S podanou žádostí o příspěvek na péči a s ohledem na hospitalizaci ve zdravotnickém zařízení nemohlo dojít Obecním úřadem obce s rozšířenou působností k sociálnímu šetření, a následně k přiznání příspěvku na péči § 26, zákona 108/2006 Sb. a řízení bylo přerušeno. Posouzení závislosti na pomoci druhých osob předběžně zjišťuje sociální pracovníce a vedoucí zdravotního úseku při místním šetření ve zdravotnickém zařízení, kde je žadatel o pobytovou sociální službu hospitalizován.

Kontraindikace (kdo nemůže být klient):

Klienti:

1. Se zdravotním stavem vyžadujícím poskytování ústavní péče ve zdravotnickém zařízení.

2. S akutní infekční chorobou.

3. Bez zdravotního pojištění.

4. Jejichž chování z důvodů duševní poruchy by narušovalo kolektivní soužití s osobami se zrakovým postižením – zejména se jedná o:

- osoby se syndromy těžké a hluboké demence
- osoby s poruchami osobnosti, projevujícími se agresivním a antisociálním chováním
- osoby se závažnými psychotickými poruchami (např. schizofrenií, trvalou schizotypální poruchou s bludy)
- osoby s depresivními poruchami nálady se sebevražednými tendencemi
- osoby s poruchami intelektu na úrovni středně těžké a hluboké mentální retardace
- osoby s poruchami intelektových funkcí na úrovni střední mentální retardace v kombinaci s dalšími závažnými tělesnými onemocněními nebo pohybovými postiženími.

5. S parazitární chorobou.

6. S tuberkulózou.

7. S pohlavní chorobu v akutním stadiu.

8. Zneužívající alkoholu nebo jiných návykových látek a neprodělaly léčbu, která by tyto návyky odstranila.

Využívání práce dobrovolníků:

Ano, pomoc dobrovolníků a praktikantů je vítaná.

(viz více v rozhovoru s paní zástupkyní ředitele v Palatě, kde byla tato otázka položena a zodpovězena)

Vybavenost zařízení a typy služeb, které jsou poskytovány:

Pomůcky pro zrakově postižené, prostory pro aktivity; ubytování v jedno až dvou lůžkových pokojích; stravování včetně stravování dietního; další nezbytné služby (úklid, praní osobního prádla apod.); úplný ošetrovatelský servis; služby praktického o odborných lékařů; terapie a aktivity pro osoby s vícečetným postižením; aktivity i mimo areál domova (návštěvy kulturních institucí, výlety apod.); nabízené terapie a aktivity jsou určeny i pro klienty s vícečetným postižením (vozíčkáři, nedoslýchaví, zdravotně postižení, atd.); tříhektarový park téměř v centru Prahy otevřený nejen klientům, ale i širší veřejnosti; služby psychologa a logopeda.

11. Porovnání organizací

Každá z těchto dvou organizací si klade za cíl podporovat, pomáhat a poskytovat péči zrakově postiženým osobám, napomáhat k osobnímu rozvoji, vytvářet podmínky pro integraci a zajištění důstojného zacházení.

Do TyfloCentra klienti docházejí na různé aktivity, které jsou naplánovány během odpoledních hodin.

V Palatě jsou klienti ubytováni a tak se mohou zúčastnit aktivit i v dopoledních hodinách, protože Palata nabízí svým klientům celodenní aktivizační programy.

Tyto dvě zařízení jsou stejného typu, ale zároveň je každé úplně jiné, protože Palata je zařízení ubytovacího typu pro osoby se zrakovým postižením.

12. Helppes

12.1 Organizace Helppes

Je to jediná profesionální nezisková organizace svého druhu v České republice. Helppes pomáhá osobám se zrakovým handicapem, ale i osobám s nejrůznějšími druhy handicapů k soběstačnosti a samostatnosti prostřednictvím speciálně vycvičených psů.

Posláním organizace je integrace osob se zdravotním postižením do společnosti a kolektivu, návrat do aktivního života, zařazení do pracovního procesu, získání větší soběstačnosti, nezávislosti, sebevědomí, svobody, ale i bezpečí.

12.2 Jak se pes dostane ke svému pánovi?

Vhodný pes je pečlivě vybírán již od narození, kdy je sledováno jeho chování a temperament s ohledem na klienta, pro kterého bude pes připravován.

Během prvního roku života je vhodné štěně v péči dobrovolníka, který jej vodí všude s sebou a psa tzv. socializuje. Předpokládá se, že nevidomý klient se bude chtít pohybovat i na frekventovanějších místech, např. ulice, metro, tramvaj, autobus aj. a proto se tady všude musí orientovat a nebát se. Než je pes předán k dalšímu výcviku, musí také zvládat základní povely, jako např. sedni, lehni, zůstaň atd.

Poté si vezme psa na starosti zkušený cvičitel z příslušné organizace, který psa cvičí tzn. *na míru* svému pánovi.

Pes se učí zodpovídat nejen za sebe, ale také za svého pána. Pokud je nevidomý aktivní, tak pes musí umět upozornit na různé změny situací (např. stavební práce na chodníku), umět podat zakutálené věci, podat vyzvánějící telefon, otevřít dveře, nastoupit a vystoupit z prostředku hromadné dopravy a doprovodit pána při jakékoli cestě. (z práce do práce, nákup, lékař...)

Před úplným předáním psa novému majiteli se pes a jeho nový pán takzvaně „zžívají“ minimálně půl roku předem. Pokud spolu nedokáží dobře spolupracovat, pro psa se najde vhodný jiný pán. A pro původního žadatele se cvičí nový pes.

Bohužel celý výcvik psa je velice náročný a finančně nákladný, proto se pro budoucí majitele psa dělají sbírky nebo přispívá městská část.

Vhodnými plemeny pro vodící psy jsou: Zlatý a Labradorský retrívr, Německý ovčák, Boarder kolie, Pudl (velký).

Nyní se zkouší nová varianta zvířecího pomocníka a tím je Poník. Oproti psovi je poník pro klienta stabilnější oporou, avšak snadněji se může vylekat. Také pro něho musíme zajistit stání a speciální krmivo.

12.3 Týna – budoucí asistenční pes ve výcviku

Týna, kanadský retrívr, který navštěvuje Palatu je roční fenka ve výcviku, která se ocitla nejdříve v útulku.

Postup výcviku pro Týnu:

Výcvik začíná od jednoho roku psa. Nejdříve musí podstoupit testy, jestli je zdravý, hodný, rád aportuje apod. – to vše se musí zjistit během jednoho měsíce. Pes je ve výcviku 7 – 9 měsíců a cvičí se pro konkrétního majitele. Týna je denně venku tři hodiny, potřebuje pohyb a učí se, aby každou volnou chvilku využívala k odpočinku, protože psí kandidát má spát 16 hodin. Asistenční pes spí kratší dobu a učí se využívat právě každou volnou chvíli k odpočinku, aby pes mohl být vždy připraven, když pán potřebuje jeho pomoc.

13. Výběr z kazuistik Palata – Domov pro zrakově postižené

Forma informací:

osobní rozhovory, individuální plány klientů k nahlédnutí, pozorování.

13.1 Klient č. 1

Paní Hana, 81 let.

Životní příběh:

Je vyučená zahradnice. Pracovala v Praze v zahradnictví až do odchodu do důchodu. Paní Hana byla jednou vdaná, její manžel již zemřel. Měli spolu jednu dceru, která paní Hanu navštěvuje každou středu, protože víkendy tráví s rodinou na chalupě. Má jednoho vnuka.

Klientka trpí úplnou slepotou a tak je nutné ji všude doprovázet. Do jídelny a na některé akce, které se konají ve velké kulturní místnosti, může jít sama podél madla, s kterým si je jistější a trasu zná. Paní Hana má vratkou chůzi, musí být tedy nad ní zvýšený dohled. Klientka se někdy zamotá i s holí a je zbrklá ve svých pohybech.

Ranní i večerní hygienu zvládá klientka sama. Sprchu jednou týdně s dopomocí. WC zvládá klientka sama, je však potřeba kontrolovat čistotu sedáku. Vlasy stříhá paní Haně její dcera podle potřeby. Chodí pravidelně na pedikúru, která je zajištěna v Domově.

Klientka využívá zahrady, chodí na procházky, když je dobré počasí, dochází na kondiční cvičení a využívá skoro všech aktivit, které jsou nabízené v Domově. Paní Hana chodí na trénování paměti, které se koná pro její skupinu ve středu. Zúčastní se canisterapie, protože má velmi ráda zvířata. Dochází i na adaptační skupinu, kterou vede paní psycholožka každý pátek. V úterý chodí na ruční práce, kde se vyrábějí výrobky z krepového papíru, věnečky z různých materiálů, bambule z vlny a další. Dále se účastní muzikoterapie, taneční terapie, koncertů. Je pravidelnou členkou měsíční schůze obyvatel a stravovací komise. Navštěvuje každé úterý kavárnu, kde k tanci a poslechu hrají kapely: Starý koně, Bránické duo, Oslo nebo nevidomí klavírista Honza Jareš a další. Také s radostí chodí na další kulturní akce, které jsou v Domově Palata. Paní Hana jezdí ráda i na výlety.

Klientka je velmi společenská. Ráda si povídá, vypráví a vzpomíná. Velmi ráda poradí s vařením a své zkušenosti předává i v dalších směrech jako je např. zahrada.

Osobní anamnéza:

Klientka oslepla důsledkem stáří.

Moje pozorování:

Paní Hana má radost ze života, jak je na ní i poznat. Velmi ráda si povídá a vypráví, jak je již zmíněno. Je to příjemná společnice pro ostatní klienty.

Upoutá svým výjimečným hlasem a vždy dobrou náladou, protože vše bere s úsměvem.

Spokojenost v zařízení:

Paní Hana je v zařízení spokojená. Každou středu se těší na svou dceru, která jí chodí pravidelně navštěvovat a které může vyprávět, co za týden zažila, kde byla, jaké měli aktivity, co dobrého kuchaři uvařili. Klientka si na jídlo stěžovat nemůže, kuchaři vaří na Palatě výborně.

13.2 Klient č. 2

Paní Marie, 72 let.

Životní příběh:

Paní Marie je ze třech dětí nejmladší. Její matka se věnovala domácnosti a otec pracoval v kamenolomu. Když byly paní Marii tři roky, tak se přestěhovala do hlavního města k tetě a ke strýci. Navštěvovala Základní školu pro slabozraké. Poté se vyučila spojačkou. Věnovala se spojařině celých 42 let. Ve svých 21 letech se klientka provdala. Měla stejně starého manžela, který byl z jedenácti dětí. Spolu děti nikdy neměli.

Ve volném čase paní Marie velmi ráda cestovala, chodila na kulturní akce do divadla nebo kina. Má ráda Prokopské údolí, o kterém často hovoří. Také se věnovala menší zahradě.

Každé úterý se těší na kavárnu na poslech dobré hudby a povídání si s ostatními klienty. Navštěvuje i jiné kulturní akce, které se v Domově konají. Když je hezké počasí, ráda posedí venku na lavičce a je na čerstvém vzduchu. Potřebuje doprovod, protože má nejistou chůzi.

Zúčastní se canisterapie, protože má ráda zvířata a také proto se vždy moc těší na návštěvu, svou kamarádku, která za ní chodí s jezevčíkem.

Klientka vlastní mobilní telefon, přes který je v kontaktu se svými přáteli. Je jen potřeba dopomáhat ji při jeho obsluze, dobíjení kreditu a nabíjení baterie.

Má ráda kávu, protože je po ní „čiperná“. Po obědě nebo večeři si dá ráda pivo, pro diabetiky nebo nealkoholické pivo. Když jí není dobře, protože má vysoký cukr, tak nemůže spát, ale druhý den spánek dohání.

Klientka je kontrolovaná noční službou 4x za noc.

Osobní anamnéza:

Paní Marie prodělala dvě operace šedého zákalu, když jí byly 3 roky. Cukrovka jí začala před deseti lety a tím se zdravotní stav paní Marie zhoršil.

Klientka má nyní 11,5 dioptrií.

Moje pozorování:

Paní Marie je velmi společenská, komunikativní a přátelská. Je potěšena, když si na ní někdo udělá čas, který s ní stráví. Ráda hovoří o tanečních a o baletu na který chodila a bavil jí, proto na toto období ráda vzpomíná. Když je vhodný čas, ráda se podělí o své zážitky pomocí fotografií, které má pečlivě schované.

Spokojenost v zařízení:

Paní Marie je v zařízení spokojená, protože má ráda společnost. A na Palatě se jí společnosti dostává. Ráda sedává na chodbě naproti svému pokoji a povídá si s ostatními obyvateli nebo s personálem. Je vděčná za každou volnou chvíli, kterou jí někdo věnuje. Z větší části jsou to praktikanti nebo dobrovolníci, kteří na Palatě absolvují svou praxi stejně jako já ve třetím ročníku studia.

13.3 Klient č. 3

Paní Jaroslava, 90 let.

Životní příběh:

Paní Jaroslava žila v rodinném domě do roku 2012, který postavili její rodiče. V roce 1943 ukončila rodinnou školu. Na městském úřadě začala pracovat roku 1944. V roce 1946 se vdala a měla jednoho syna, který zemřel v roce 2011. Klientka se v roce 1961 rozvedla. V roce 1981 odešla do důchodu.

Klientka se zúčastní 1 – 2x týdně trénování paměti, cvičení pěveckého sboru Sluníčko, které ji moc baví. Každé úterý se zúčastní Kavárny, kde si dá ráda kávu a zákusek. Má ráda tancování s paní doktorkou.

Při dobrém počasí chodí ráda ven na procházku nebo si sednout na lavičku před Domov. Je ráda, když si může s někým povídat a zavzpomínat na svou minulost.

Osobní anamnéza:

Klientce se začal zhoršovat zrak před deseti lety důsledkem stáří. Špatně slyší, na pravé ucho však trochu lépe slyší než na levé.

Moje pozorování:

Paní Jaroslava je velmi společenská, ráda se účastní různých akcí a aktivit v Domově. Chodí ráda na procházky, kde udělá tři kola okolo domu a je moc spokojená. Svým úspěchem se může znovu pochlubit své aktivizační sociální pracovníci.

Spokojenost v zařízení:

Paní Jaroslava je v zařízení spokojená, navštěvuje různé aktivity, zejména pěvecký sbor Sluníčko. Aktivity na Palatě jí naplňují a je ráda, že se jich může zúčastnit.

14. Rozhovor s paní zástupkyní vedoucího v Palatě

S paní magistrou jsem si domluvila schůzku přímo v domově Palata jedno páteční odpoledne, kdy jsi na mě udělala čas. Rozhovor se konal v její kanceláři. Dozvěděla jsem se odpovědi na všechny otázky, které jsem měla s sebou připravené a domluvila si i další schůzky s klienty. Sdělila jsem, že odpovědi, které se dozvím, budou použity jen v mé bakalářské práci.

S paní zástupkyní vedoucího jsem se na všem ochotně domluvila a mohla jsem se začít tázat:

Jak se zrakově handicapovaní lidé/senioři dozvědí o Palatě?

„Od očních lékařů, z internetových stránek, z televize, rozhlasu, noviny... (menší míra), noviny hlavního města Prahy. Nejvíce oční lékaři. I přes Českou spořitelnu. To je náš sponzor od r. 1893.“

Jaké předpoklady klient musí splňovat, aby se mohl dostat do Palaty?

Viz list – Vyjádření očního lékaře – příloha.

Je známo kolik klientů se nedostane do Palaty?

„Nesplní kritéria? Podle pravidel. – např. jen dva odmítnuté lidi, kteří nemají zřetelnou vadu. Jedině, když má psychiatrický problém.“

Klienti dlouho nečekají, spíš je problém, že nechtějí nastoupit. Záleží na bodech potřeby a nerozhoduje datum podání žádosti. Když si člověk podá dneska a potřebuje akutně nastoupit, tak může nastoupit velmi rychle. Např. do měsíce, někdo do půl roku.

Ročně zemře kolem 35 klientů. Během roku přijmeme např. 30 klientů.

Nyní je podstat. Např. čtyři lidi. Lidi nechtějí nastoupit z pochopitelných důvodů: změna, přechod do jiného prostředí, musejí se učit novou prostorovou orientaci.“

Jak velký je zájem o Palatu?

„O umístění mezi vidícími je velký zájem a ty nepřijímáme. Trend je takový, že lidé zůstávají, co nejdéle doma. Zrakový i další handicap, co nejsou doma schopni zvládat.“

Kolik je zde v současné době klientů?

„133 klientů.“

Jaký je zde průměrný věk klientů?

„Věkový průměr klientů je 84 let.“

Zajímají se rodiny klientů o služby, které jsou zde nabízené?

„Zajímají se hlavně v době před přijetím. Potom jsou se vším seznámeny. Zajímají se tedy v jednání o službu. Zajímají se prakticky všichni. Pak to upadá.“

Jak často se pořádají výlety pro klienty?

„Výlety celodenní jsou 2x - 3x do roka.

Návštěvy divadel a koncertů jsou 7x – 8x do roka.

Kratší výlet, jako např. Botanická, ZOO, výstavy, mateřská školka jsou celkem 10x do roka.

Hodně akcí se koná právě tady a měsíční program je vždy na internetu.“

Jak velký zájem je o výlety?

„Záleží na složení klientů, v průběhu se to pořád mění. Někdy více někdy méně. Dostali jsme se do situace, kdy jsme nemohli vzít klienty do botanické z důvodu dopravy pro tolik lidí a z důvodu doprovodu. Zájem trochu převyšuje nad možnostmi.

Skoro všem se vyhoví. Výlet se může opakovat a lidé se rozdělí na dvě menší skupiny.

Např. do Telče se vezme celý autobus, ale když jsou objednané auta, tak je to limitovaný. V rámci Prahy tedy můžou být dva stejné výlety a není s tím žádný problém.“

Četla jsem knihu *Reminiscence – Využití vzpomínek při práci se seniory*, kde jsou i fotografie z Palaty – reminiscenční místnosti, je zde tato místnost nadále?

„Je tu na oddělení C, používá se k různým účelům: oslavy narozenin, návštěvní místnost, čtení dobrovolníků, reminiscence. (výtah do trojky, doprava-chodbou, kde jsou klienti, uprostřed)

Na úseku D je nová celá reminiscenční místnost. Je využívána denně jako denní místnost, každý den dopoledne i odpoledne. Zde klienti i obědvají.

Na úseku C je využívána podle toho, jak klienti chtějí. Je tam pravidelné čtení s dobrovolníkem, reminiscence a trénování paměti. Klientům je volně k dispozici. “

Jak je zde využívána práce s dobrovolníky?

„Individuální práce s dobrovolníky. Je jich 30.

Firemní dobrovolníci pomáhají na zahradě a individuálně pracují u klientů. Čtou, povídají si, jdou na procházku apod.

Chodí sem zhruba ročně 120 praktikantů, spolupracujeme s různými školami: Evangelická akademie, VOŠ Evropská, Jabok, UK HTF, UK Speciální pedagogika, UJAK, 3. lékařská fakulta, Střední odborná škola sv. Zdislavy. “

Moc Vám děkuji za rozhovor a Váš čas.

15. Rozhovory s klienty a jejich metodika

Začala jsem tím, že jsem si postupně připravovala otázky, na které bych ráda znala odpověď od klientů, kteří žijí už delší dobu v domově Palata. Chtěla jsem se dozvědět, jak jsou v domově spokojeni obecně i s různými službami, jak se dozvěděli o možnosti býti v Palatě, kdo je o tom informoval nebo také jestli za nimi chodí návštěvy, tzn. rodina, přátelé a jestli oni sami navštěvují své rodiny a přátelé na svátky, různé oslavy nebo jen tak pro radost a jestli je to vůbec také možné.

S každým s klientů jsem dělala rozhovor samostatně (vyjímkou byl pár, se kterým jsem rozhovor dělala společně). Jeden rozhovor trval od půl do jedné hodiny.

Všechny klienty jsem informovala o tom, kdo jsem, co studuji a účel rozhovoru. Ujistila jsem je, že jejich odpovědi na mé otázky budou použity jen v mé bakalářské práci pro studijní účely a nebudou nijak zneužity.

Ráda bych se v pár větách věnovala nyní každému zvlášť a krátce popsala průběh rozhovoru:

Klient č. 1. – paní M.: Paní M. si velice ráda povídá a návštěva byla moc příjemná. Rozhovor byl realizován na chodbě, na které ráda sedává a má tam přehled. Ochotně mi odpovíděla na všechny otázky a navíc doplnila o další informace.

Klient č. 2. – paní B.: Za paní B. jsem přišla do jejího velkého a světlého pokoje. Když jsem přišla, tak zrovna poslouchala rádio, zprávy, na které čeká každou hodinu, aby se

dozvěděla, co je ve světě nového. Požádala mě, abych chvilinku vydržela, že se mi bude hned věnovat, jen, co skončí zprávy o počasí.

Klient č. 3. – paní K.: Za paní K. jsem také přišla do jejího pokoje, který sdílí se svým partnerem, se kterým již žije mnoho let. Velice mile a vřele mě přijala a byla ráda, když jsem za ní přišla. Zrovna se dívala na televizi a její přítel odpočíval.

Klient č. 4. – pan S.: Klíčová pracovnice pana S. si myslela, že klient mi nebude ochoten poskytnout rozhovor, ale měla jsem výhodu, že jsem se na své praxi s tímto klientem setkala a po hlase mě poznal a byl moc rád, že jsem ho přišla navštívit a rád mě přijal. Zrovna byl v denní místnosti čerstvě oholen.

Klienti č. 5. a 6. – paní S. a pan M.: Tito dva klienti tvoří pár a seznámili se v Palatě a od té doby je z nich „nerozlučná dvojka.“ Doplnují se a mají si pořád o čem povídat. Navštívila jsem je a po mém představení souhlasili oba s rozhovorem.

Klient č. 7. – pan R.: Pan R. je velice pozitivně naladěný a příjemný pán. Byl to můj poslední rozhovor a odcházela jsem od něho s úsměvem. Bylo vidět, že je spokojený. Byl moc milý, usměvavý a ochotný na vše odpovědět.

15.1 Klient č. 1. - paní M.

Otázky:

Kolik je Vám let?

„72“

Mohu se zeptat, jaký je Váš zrakový handicap?

„Od tří let operace šedého zákalu a pak, jak se to říkalo dříve – slabozraká škola? Jen 8 tříd škola... Po nás už bylo 9 tříd, po naší škole. No, cukrovkou se mi to určitě zhoršilo. Cukrovku jsem dostala – počkat v roce šedesát myslím.

Ted' mám zatím 11,5 dioptrií a na druhý nevím, to se dovím v pondělí, až mi udělají ty zkoušky.“

Jak dlouho jste již v Domově Palata?

„Letos v dubnu to bude 5 let. Na papírech je to přesně napsaný. No máme tady hodně těch programů – cvičení všelijaký a rehabilitace, tam jsem domluvená se sestřičkou, že si pro mě přijde po neděli, protože jsem říkala, že jdu ráno na oční. Chodí ke mně dobrovolník

a dobrovolnice. Ta je šikovná, dělala na nějakém ministerstvu, sečtělá hodně, cestuje s dcerou, furt do zahraničí někam a teď mi četla o Vendule Svobodové a Grossovi.

Já jsem začínala v tiskárně a od osmnácti let čtyřicet dva let. Tři ústředny. První byla kolíková, jak je ve starých filmech, ale ta byla slabá, ale byla nejspolehlivější a tamty už byly ty modernější a už to mělo chyby a nejhorší bylo, když vypadlo třeba dvanáct pojistek, to se muselo spravovat.

Ze začátku jsem se toho bála a pak jsem si zvykla a už mi to nevadilo. Jezdili jsme s podnikem do Znojma a takový všelijaký našim autobusem podnikovým a tak to bylo příjemný.“

Kdo Vám nabídnul Palatu?

„Tenkrát se chodilo na Vinohrady a měli jsme tam svoje oční a prostě dost informovaný a první mi sháněli místo, protože už mi bylo osmnáct a zkoušeli jsme, kde byla galanterie a kabelky a takový. Boty, tam byly malý čísla a neviděla jsem na to. Pak jsem chodila na praxi na ústředny a do Národního Muzea. A ten pán, co tam byl, byl nevidomý a naučil se to. A pak já nevím, jak ono se to tam jmenovalo někde v Krči, jsme si dělali telefonní kurz a v naší tiskárně se uvolnilo místo, tak jsem to tam dochodila a šla jsem rovnou do práce.

Já jsem byla v Motole, ne v Motole, já si to pletu, tam chodím teď. Na Bulovce a odtamtud jsem šla do chitusky na, jak tomu říkají... No... říkali, že nemůžu být doma sama a kvůli tý cukrovce a tak to mi dalo práci, než jsem se sem dostala. Ty lidi prověřujou a sem se dostanou taky, který jsou ze Slovenska. Jde sem hodně lidí, a proto budou přistavovat.“

Navštěvuje Vás rodina nebo přátelé?

„Přátelé většinou jako ty, co jsem s nima dělala v práci tak za mnou chodějí a brácha ten moc ne. On, že prej to má daleko, ale za tou svojí přítelkyní za ní jede. No tak chlap no. Chodí za mnou pejsek Broček a on mě hlídá pokoj. My jsme ho nechtěli brát s sebou na Kavárnu, protože by mu to vadilo a dveře se otevřeli a pes na ně vrčel, no to bylo dobrý! On to hlídal. Zvířata jsou lepší, jak lidi.

Ale s bráchou si voláme, to jo, ale rozčílil mě, já jsem mu volala a měla jsem starosti a kdyby se mu přitížilo, tak je odepsanej a on byl zatím v Boleslavi.“

Navštěvujete také svoji rodinu, přátele? (svátky, oslavy...)

„No tak já tam byla letos, pro mě přijeli. To byla moje přítelkyně z práce a bydlejí ve čtvrtém patře bez výtahu a já tam nemohla dolézt nahoru, pak dolů a udělalo se mi z toho špatně a jeli jsme brzy domů, protože mi museli volat pohotovost, měla jsem hypo. Od tý

doby už radši nikam nejedu, ale oni se stěhují někam, protože nájem je drahej a bez výtahu a bez ničeho, tak se stěhují někam k synovi, ten, jak jezdí po tý cizině.“

Účastníte se aktivit v Domově? Pokud ano, jakých?

„No tak byli jsme dvakrát v divadle v Karlíně na tý Aidě a taky jsme byli, jak to bylo o tom, to mělo takovej divnej název, jako mrtvý za oponou, je to ono?“

A v domově Palata?

„Na tu Kavárně, včera jsme byli na tý slavnosti nebo, jak tomu oni říkají a bylo to odpoledne, dopoledne a moc hezký teda, hlavně ty děti, ty byly nádherný.“

No já jsem chodila na všechno i na adaptační skupinu a pak mně to připadalo, ty většinou, co jsem tam s nima chodila tak umřeli a tydienty nový měla jsem si pamatovat, kdy se narodili, jakou má kytku, no ono k něčemu to je, že jo... Na ty chodit na ty pejsky.“

Na canisterapii?

„No, no, no, to máme v kultuře a dělají tam zkoušky s těma pejskama a ten pán ten dobrovolník ten má pejska, hezkýho teda, ale má chudinka má bezlepkovou stravu, i když jdeme ven, tak ho musí hlídat, aby tam nesnědl něco kočičího. Ještě to tam asi trošku mám a on vždycky jsme mu dávali z lednice a on chodil rovnou k lednici.“

Co děláte ve svém volném čase?

„No tak někdy se dívám na televizi většinou na zprávy a nebo tudle bylo o nějaký příběh, jak měla vnučku a ona jí zapracovávala jako tu no já zapomenu za chvíli či jsem, no jo, princezna takže jí vodili po samých zkouškách a ta žába zase zaučovala tu královnu nebo takhle a byl to tak hezký film, lepší, jak ty války. Nebo se mi líběj takový prostě o zvířatech a hezký jsou ty filmy a většinou toho Krampola mám ráda. No jó, ale oni už to snad nevím, jestli to dělaj. Nebo je hezký, to Máme rádi Česko. To je sranda, to jo.“

A Dejdar byl na operaci, že jo? Měl skřípnutej tříslu a byl s tím na operaci a už zase no jo on si to může dovolit, jeho rodina je někde na dovolený asi v Americe no a hm... A zase už šel dělat.“

Posloucháte rádio?

„Rádio jó, a máme tady to jsem viděla v kultuře, byla to nějaká hudební záležitost, ale bylo jich hodně a bylo to moc hezký. Nebo chodím na grilování a tam máme u toho i hudbu, a když je hezký počasí, že jo. Nebo s někým luštíme křížovky a já myslela, že už jsem to zapomněla a já si toho pamatovala hodně.“

Jste v Domově spokojen/á?

(ubytování, stravování, doprovody, úkony soc. péče - pomoc s hygienou, aktivizace, kulturní akce, úklid místností, praní prádla)

„No určitě, v životě by mě nenapadlo, že se jednou bude starat někdo o mě, protože já jsem se starala o každého. Já mám samostatný pokoj, tak to je výhoda, pustím si, co chci a je to.“

A co stravování?

„Já už jsem si na něj zvykla, takže něco mi chutná, něco ne, co jsme doma nedělali a jinač teďka tenhle pan kuchař si myslím, že vaří dobře.“

Chodíme na ředitelský schůze, jsou každý měsíc, takže se dozvíme, co se tu děje a co se bude dít.“

Cítíte se zde jistě a bezpečně?

„No já se naučila se nezamykat, měla jsem často hypo, tak aby se na mě nikdo, no oni mají klíče sice, ale kdyby měli všude odemykat a zamykat. Myslim si, že na tu noc by měli být alespoň dva zdravotníci, je to velikánská budova, musejí být utahaní z toho, jsou to nemocný lidi. Můžu si zazvonit a tak.“

Já už říkam: „Já jdu domu.“ Protože nikde jinde byt nemám, ale tam jsem byla nespokojená na Palmovce, tam jsem bydlela.

Dneska tady mají i mše, je tam taky dost lidí. Pan farář chodil za paní Vidovou sem, když už nemohla.

Jo my máme teďka šikovnou Zdeničku a ta kolikrát přijde a ustele mi postel a nemusí, že jo, když vodí ty lidi nebo někoho.

Chodějí semnou na lékařský prohlídky, teď v pondělí a tam nás veze naše auto, no nový, to už to moderní.

Máme tady kadeřnici, pedikúru, no to je výborný. A ještě hlavní asi dvakrát do roka jezdíme s tím parníkem a výborně hraje nám pan Mácha a máme občerstvení a kávu, chlebiček. No to je moc hezký.

No taky nás jezdí hodně na ten parník. Ovšem já byla tam, co to bylo krytý, tam co byl pan Mácha a to šlo a potkali jsme parník s dětma mrňavejma a asi to byla školka, oni křičely, mávaly nám. Když člověk aspoň trochu vidí, tak je to fajn. Pro ty, co neviděj, to musí být blbý.

A v kuřárně máme taky často prodej textilu, no to je dobrý, takže si leďacoc můžeme tam koupit. No hlavně kiosek, mimo soboty a neděle, a když nemá, co potřebujeme, tak to objedná a přinese nám to. Taky je dobrý, že máme ten telefon a můžeme se spojit s těma svejma známejma a většinou už se podle tý jídelny známe, takže se zdravíme a tak.“

Moc Vám děkuji za rozhovor a Váš čas.

„Ale za málo.“

15.2 Klient č. 2. - paní B.

Otázky:

Kolik je Vám let?

„No tak 91 a třičtvrtě a v září mně bude 91.“

Mohu se zeptat, jaký je Váš zrakový handicap?

„No chodim na všechny aktivity. No nevidim, jak to mám říct, sklerózu ve vočích a ještě mi říkali, že se tam začíná něco dělat a to nejde operovat. Ona jde, ale není to jistý, že se to podaří. Operovat to nejde, i ve Střešovicích jsem byla, na Karláku všude. A už je to 15 let, co nevidím. Vidím akorát, jak bílý a tmavý nebo světlý a tmavý, ale co to je to nepoznám, jenom barvu.“

Jak dlouho jste již v Domově Palata?

„Teď v srpnu to budou 3 roky. Květen, červen, červenec, no za čtvrt roku tady budu 3 roky. A to tím, že mě v Boleslavi vypověděli nebo zamítli, aby mě vzali do pečovatelskýho, protože tam na to nebyli zařízený, že nevidim, že bych musela mít stejně doprovod a na to že nejsou. To je spíš pro starší v Boleslavi. A Brandejská sociálka sháněli a našli tady tu Palatu a přišli se tam podívat dvě paní no a do třech neděl jsem to měla vyřízený a byla jsem tady a ještě před tím jsem prodělala plastiku na čele. Brali mě kůži od ucha a dávali mi to tady na ten bolák (ukazuje) a to mě vyřízli, ale rok jsem to měla hladký a dva roky se mi to zas objevuje a teď jsem zavadila a tekla mi krev. A jinak zatím ještě jako chodim cvičit, na paměť i na zpívání. Dostaneme v pondělí diplomy od sestry, protože tady Zuzanka nebyla. Dostali jsme každý kousek dortu za zpívání a za tancování, ale ve stoje, ale to jsem odřekla. Říkám paní doktorce, že už se necítím na ty nohy, abych to vydržela a tak mě vozili na vozičku. Cvičili jsme čtyry na vozičku. Měli jsme flétny a naznačovali jsme hudbu a odpoledne byla dechovka jo, tak se tancovalo a dostali jsme pohoštění.“

Navštěvuje Vás rodina nebo přátelé?

„No včera tady zrovna byla sestřenice a má tady švagrovou z Ameriky a byli tady na návštěvě. A sestřenice mi volá denně telefonem, to zůstává pořád. A minulý týden tady byla sousedka z Boleslavi, byla na kontrole na Bulovce, no tak byla tam brzo hotová, tak přišla sem na návštěvu. A ta taky, když nemůže, tak mi 1x za týden volá, co je v Boleslavi nového, protože ona je naproti mého baráku, ovšem ten je prodanej, to má někdo jinej. Takže jsem odkázaná jenom teď na Palatu, to je můj domov.“

Navštěvujete také svoji rodinu, přátele? (svátky, oslavy...)

„Ne, já nemám žádný tady známý, nic. Já mám akorát tu mojí sestřenici, která tady bydlí a ani k ní nechodím, protože má malý byt a má dva syny, tak já říkám: ‘Prosim tě, máš toho až nad hlavu.’ Ale za mnou přijde a nebo mi zavolá a obstará mi, co potřebuju, a doplácí na mě, protože já mám důchod malej, tak doplácí a kupuje mi ještě některý věci, třeba zubní pastu a takový. A léky, ty já si připravuju sama, takže jenom akorát si řeknu těm sestrám nebo Alešovi, aby mě u pana doktora objednali tohle a tohle a jinak každý ráno беру jenom čtyry, takže si to připravím a po snídani je sním a jinak nemám jinej lék.“

Chodím ke kadeřnici 1x za 14 dnů a za pedikérkou. Jinak chodím za 6 neděl na pedikúru. No a na rehabilitaci jsem chodila, jenže Katka skončila a byla místo ní Maruška a ta taky skončila a je tady nová sestra, Marta a je z Neratovic a to se teprve budeme domlouvat, který den budu chodit, protože mě bolí pravé rameno.“

Účastníte se aktivit v Domově? Pokud ano, jakých?

„Cvičení, paměť, zpívání a ve středu jsem chodí soukromník a tak nám čte, tak to chodím na to čtení, no a jinak teda tu kadeřnici, pedikúru a rehabilitaci, a když jsou koncerty nebo ty, jak to má říct, jo a ještě s paní doktorkou Jílkovou tu adaptaci, to je pořád v pátek no a teď nebudeme mít tři neděle a je osmýho a budou svátky. A na tancování chodím si sednout no. Co ještě máme... Když je hezky, tak sestry nás vyvedou na lavičku, že jo, no ale zatím nebylo akorát včera mě sestřenice vyvedla ven a předtím Anička, to už bylo hezky. No a dneska nemají službu ani M. ani A. takže zatím včera teda ta sestřenice, dneska nikdo. A byla ta chřipka a nebyly tady návštěvy.“

Co děláte ve svém volném čase?

„Poslouchám zprávy, já to ne to, ale a klimbám, spím a jinak se projdu po chodbě, když nemám žádnou sestru, která by mě odvedla, tak se projdu po chodbě. A jinak si odestýlám a ustelu postel a jinak no...“

Byla jsem s tou paní Z., ale ona už tenkrát začla. Janička mně nabídla, že je tady volná postel a velký pokoj, světlý. “

Jste v Domově spokojen/á?

(ubytování, stravování, doprovody, úkony soc. péče - pomoc s hygienou, aktivizace, kulturní akce, úklid místností, praní prádla)

„No jídlo, to se zeptejte v jídelně a oni říkají: Nojo Bábinka, ta musí mít čistej talíř, já nenechávám žádný zbytky, to všechno sním.. No a I. ta taky povídala: „Vy máte teda talíř, úplně, jak umytej.“ Já říkám: „Já jsem tady spokojená se vším všudy.“

Dneska dopoledne tady byl pan Zeman, tak vypravoval, že už bude 1. května - lásky čas, takže mluvil o lásce. A chodí sem paní, která hraje divadlo jenom s jednou osobou, hrála Elišku Přemyslovnu. To je úžasný, jak ona celou tu hodinu mluví a mimo toho recitace, to je výborný, jak recituje a no jinak Kavárnu navštěvuju, že jo a na Kavárně se střídá hudba. Pan Mácha a Honza Jareš a Bránický duo... Takže si tam zazpíváme.“

Cítíte se zde jistě a bezpečně?

„Úplně mě to ani... Vidíte, já mám od rána otevřený dveře a prádlo čistý, složený, pěkně vypraný. A jinak tady vytírají denně. Jak tady byla Jugoslávka, vysoká blondýnka, nevím, jak se jmenovala, tak už tady není, je tady nějaká Češka a ještě ani nevím, jak se jmenuje, jsem s ní nemluvila.“

Moc Vám děkuji za rozhovor a za Váš čas.

„No musíte si to nějak složit a přebrat.“

15.3 Klient č. 3. - paní K.

Otázky:

Kolik je Vám let?

„No tak mně bude v květnu 82.“

Mohu se zeptat, jaký je Váš zrakový handicap?

„Mám dvoje brýle, to musím, bez brýlí to nejde. Mám několik dioptrií.“

Jak dlouho jste již v Domově Palata?

„V březnu jsme tady byli 3 roky, no, letí to.“ (klientka žije se svým partnerem, se kterým už je přes dvacet let)

Navštěvuje Vás rodina nebo přátelé?

„Jó, rodina nás navštěvuje, já mám 3 děti, už mám 2, syn mi umřel a děda má 5 dětí. Máme návštěvy. Zrovna včera syn volal, že přijde po neděli.“

Navštěvujete také svoji rodinu, přátele? (svátky, oslavy...)

„Jo v loni jsem byla u Kladna, u sestry jsem byla několik dní a pak jsme byli ještě, jako bydlíme v Něčini, tak jsme tam taky byli, ale jen na dva dni, tam jsme spali, na dědu to už není. Už je to pro něj hodně, bude mu letos 92 let. Většinou jedu sama, když chci někoho navštívit, dceru nebo někoho. Předloni jsem byla u ní na chatě celej tejden.“

Účastníte se aktivit v Domově? Pokud ano, jakých?

„Tak většinou, ráno je tělocvik, pak máme paměť a chodila jsem do dílny, tam se pletly věnečky, ale už nemůžu s těma rukama, tak už je nepletu. Tak teď jsem tam nebyla měsíc, jsem byla nemocná. A jinak na kavárně, když je divadlo nebo vystoupení jako teď Palata tančí a máme kroužek pěvecký Sluníčko, tak to máme 2x týdně, v pondělí máme zkoušku a dole je Zuzanka a Dana a vypravujeme si a takový věci. Furt je něco, tak, aby tady člověk nebyl pořád jen na pokoji. A když je hezky tak se jde ven, na zahradu, co roste, co kvete, teď kvetou tulipány, tak to je krásný. Každý úterý je Kavárna, tak tam máme partu, furt stejný, tak jako už tam máme ten stůl. No je to tady dobrý. Jídlo je tady dobrý, sestřičky jsou ochotný. Starají se o nás dobře, jídlo dobrý, prádlo nám vyperou, člověk se může osprchovat a tak.“

Co děláte ve svém volném čase?

„No koukám buď na televizi nebo si přečtu noviny nebo něco takovýho, a když je hezky, tak chodí ven většinou.“

Jste v Domově spokojen/á?

(ubytování, stravování, doprovody, úkony soc. péče - pomoc s hygienou, aktivizace, kulturní akce, úklid místností, praní prádla)

„To jsme tady spokojený no.“

Cítíte se zde jistě a bezpečně?

„Jo bezpečně, to určitě. Vrátný je tady do deseti hodin a pak se tady všechno uzavře a nikdy nezamykáme. Je to tady, jak bych řekla, tak šikovně stranou, takže žádněj by se sem neodvážil, mají všude kamery, i na vrátnici a viděj až dolů i vzadu kamery, takže je to dost takový, jak bych řekla zajištěný bezpečně.“

S úklidem jo, to jo určitě, je tady všude čisto i na chodbách všude, co můžu, tak si udělám sama a akorát podlahy nám vytírají.

To já je tak neobtěžuji, každý den vynesou odpad a vytřou koupelnu, je to fajn, dali nám nový záclony a neměli jsme kuchyňku, teď máme. Je to praktický, je to všechno tak jakoby docela hezky jako zařízený.

Moc Vám děkuji za rozhovor a za Váš čas.

„To není zač.“

15.4 Klient č. 4. - pan S.

Otázky:

Kolik je Vám let?

„86, hodně, vidíte? Teď po holení vypadám mladší. Petr mě oholil. Mě vždycky holí vnučky, ale oni někam jely, tak přijdou až v úterý.“

Mohu se zeptat, jaký je Váš zrakový handicap?

„Mám 9,5 dioptrií, Brejle nosím takových patnáct roků. Měl jsem oční vadu na vojně, víte. To bylo, že abych řekl, když jsme byli na střelnici, tak ten náboj jeden mi zasáhl oko, víte. Byl jsem na operaci v Plzni, dopadlo to tak, že musím nosit silnější a silnější brejle, že skoro málo vidím. Já když přišel sem, tak jsem šel na oční, já chodil do Motola a tam mi řekli, že se s nima nic nedá dělat, že to už zůstane, tak jak to je, že lepší vidět už nebudu. Něco vidím, málo no, třeba vaše oči.“

Jak dlouho jste již v Domově Palata?

„Co jsem tady? Rok a čtvrt. Ještě jsem si nezvyknul, mám špatnýho spolubydlicího. Nevím, jak se jmenuje, ve dne spí a v noci straší. Má takový divný jméno, nevím, jak se vůbec jmenuje.“

Navštěvuje Vás rodina nebo přátelé?

„Vnučky a už nikoho jinýho nemám, víte? Jenom vnučky. Všecko umřelo, manželka a dcera. Dcera umřela třicet tři roků to je. Už jen jeden nebo dva kamarády víte, mám? Ale oni neví, že jsem tady, já na to nevidím, víte?“

Nikoho nemám. Ale tady si něco povíme nebo tak, to víte. Horší je když člověk s někým chce mluvit a nevíte, jak ten člověk vypadá, vidíte ho jen malonko, vidím to všechno v mlze, jak říkám na Vás vidím akorát trošku oči, jaký máte no to ne.“

Navštěvujete také svoji rodinu, přátele? (svátky, oslavy...)

„No, chodíme tak 1x týdně jezdíme na chatu. A v týdnu chodí vnučky sem za mnou, víte.“

Účastníte se aktivit v Domově? Pokud ano, jakých?

„Na Kavárnu a na taneční. Na Kavárně se mi líbí, protože poslouchám hudbu a včera po dlouhý době jsem začal zase trošku tancovat, děvčata jako jste vy mě vytáhli do kola tak pomaloučku, ale já mám závratě takový a několikrát už jsem upadl, že jo. Včera jsem byl na biografu a nic jsem z toho neměl, protože když na to nevidíte, akorát zvuk, tak jsem říkal, že nebudu moc chodit na to.“

Rád bych navštěvoval všechno, ale nejde to. Ted' po tom úrazu jsem tam chodil sedět jenom a tancoval jsem vsedě.

Co děláte ve svém volném čase?

„Tak jdu na vycházku do parku. Ráno poslouchám, to můžu a jinak televizi nic na ní nevidím, tak tu ne.“

Jezdíte na výlet s Palatou?

„Byli jsme na tom na Kozlu na Berouna nebo za Berounem. Byl jsem na parníku taky.“

A na grilování půjdete?

„No, to bude ve čtvrtek a v loni už jsem byl taky.“

Jste v Domově spokojen/á?

(ubytování, stravování, doprovody, úkony soc. péče - pomoc s hygienou, aktivizace, kulturní akce, úklid místností, praní prádla)

„Jo, no tak jo, napište ano. Ty akce jsou dobrý, akorát spolubydlíci no, ale on za to nemůže. Jo, částečně už chodím jako sám, že jo. Ted' poslední dobou, co se mi stalo s tím okem, tak musím mít doprovod. Proto mě předali z jídelny sem (pan obědvá v denní místnosti, né v jídelně.) večeri a snídani mám na pokoji, tam mi to donáší, víte.“

Cítíte se zde jistě a bezpečně?

„Jo zatím jo, zatím mě nikdo nenapadl.“

Moc Vám děkuji za rozhovor a za Váš čas.

„Ano a hlavně, aby vám to všechno dobře dopadlo. S prací je hůř se zaměstnáním, vidíte a hledat místo nějaký.“

15.5 Klienti č. 5. a 6. – paní S. a pan M.

Otázky:

Kolik je Vám let?

On: „Léta nám přebývají.“

Ona: „Mně 86.“

On: „97.“

Mohu se zeptat, jaký je Váš zrakový handicap?

Ona: „Tak zrakový... napůl vidíme, napůl jsme slepý. Na pravý nevidím, na levý napůl. Po operacích několika jsme.“

On: „Onemocnění glaukomem.“

Jak dlouho jste již v Domově Palata?

Ona: „No tak zhruba oba dva roky, dva roky v květnu, dvacátého května to budou dva roky.“

Tak zhruba nastejno, pan M. je tak o dva měsíce dřív, já byl v dubnu nebo tak nějak, ale já dvacátého května si pamatuju. No a koncem května jsem šla tady se podívat na zahradu, jak to tady vypadá, protože já mimochodem mám ještě něco s nohama, zlomeniny a železa a takový. A tenhle pán chodil, jak švihák pražskej s hůlkou, jednou přešel, po druhý a potřetí... A pak říkal: „Můžu si madam sednout?“ Já říkam: „Můžete.“ No a od té doby láska pokračuje.“

On: „Ano a vzkvétá.“

Ona: „Co nemá, to slyší. Naučila jsem se hulákat, aby slyšel.“

Navštěvuje Vás rodina nebo přátelé?

Ona: „Rodiny máme výborný, jak jeho tak moje. Ted' mi jeho syn přinesl pomeranče a včera tady byli, i vnoučata nám choděj. On má dva syny i já mám dva syny a leckdo nám to může závidět, i nám rodiny fanděj, jsou spokojený, že jsme šťastný, že jsme jeden druhýho našel. Záviděj, pomlouvaj, drbaj tady nás. Jsme rádi, že si něco pamatujeme, těla nám už odcházej a tělesně je to špatný, ale občas jdeme to atria.“

Ona: „No a ještě máme pedikúru, kadeřníka, rehabilitaci. Jídlo perfektní, nestěžujeme si, my dva jsme nadmíru spokojený, personál je nám nějak nakloněn.“

On: „To mělo jeden účel, tak aby o mě neříkali, že jsem hulvát, tak ho pozdravím každého člověka. Já jsem slušnej, aspoň.“

Ona: „Je tady za velmi slušného inteligentního pána.“

Ona: „Slušňáka, navíc inteligentního. My si máme celý dny o čem povídat a nadávat.“

Navštěvujete také svoji rodinu, přátele? (svátky, oslavy...)

Ona: „Pán jo, občas jede. A já ne, nedostanu se do auta s nohou, ale pán jo, když mají svátky, narozeniny, na Vánoce. A bydlej kousek za kopcem, tak jezdí ale já ne, ale denně volají.“

Účastníte se aktivit v Domově? Pokud ano, jakých?

Ona: „Ano, podle toho, jak nám je, zdravotní stav nebo dopoledne jak máme, denně chodíme na rehabilitaci a odpoledne, když něco je tak ano chodíme, dá se říct ano.“

Ale do autobusu se nevejdu s tou nohou. Mám tam šrouby a tak. Výlety už ne-e.

Je to horší, ale nám to nevadí, vid’?

On: „Ne.“

Ona: „My jsme toho po světě hodně pojezdili soukromě, služebně, tak vzpomínáme.“

Včera se mi vrátila nevěsta, byla na škole v Itálii a ještě z letiště mi volala. V sobotu příjdou, protože má miláček tady narozeniny. Mluvim o Haničče.“

On: „Já vim.“

Ona: „Takže máme povyražení s dětičkama. Dobrý je to.“

Co děláte ve svém volném čase?

Ona: „Ale my ho nemáme.“

On: „No celkem ani ho nemáme.“

Ona: „Nám se nedostává.“

On: „Máme pořád nějaké téma o čem mluvit.“

Ona: „Nebo pak je kultura nějaká, pak máme oběd, pak si dáváme šlofička pravidelně, pak si dáme kafičko. Na paměť už nechodíme, už nemůžeme nic zlepšit. Vid’?“

On: „Né, tu už žádnou nemáme.“

Jste v Domově spokojen/á?

(ubytování, stravování, doprovody, úkony soc. péče - pomoc s hygienou, aktivizace, kulturní akce, úklid místností, praní prádla)

Ona: „Nadmíru. Po všech stránkách, ale opravdu, to nekecáme. Jak ses tady spokojenej?“

On: „Velmi.“

Ona: „Jak s vedením, tak nakonec ubytování, mám pokoj slušnej, nábytek, věci, jako doma, koupelnu mám, záchod mám, lednici tady mám, kafičko si uvaříme. Co víc potřebujeme? Prádlo nám vyperou, vyžehlej, přišijou knoflík, spravěj; lékaře tu máme, zubaře tu máme, očního tu máme, dochází každý týden. Dávají to do reklam a do televize, mají se čím chlubit, je to opravdu pěkný ústav. Je tu kiosek, vrátnej, můžeme si nakoupit i alkohol, cigarety, sušenky, čokoládu, na co si vzpomenete kromě lokomotivy a když to nemá, tak to druhý den přiveze. Příbory tady mám svoje, nabrousí mi tady nože. Doma je doma, to víte, ale když člověk už byl nemožnej doma, ale už jsme nemohli být sami doma, padali jsme, omdlívali, nemohli jsme se postarat.“

Cítíte se zde jistě a bezpečně?

Ona: „No bezpečně, to je trošku s otazníkem. Na noc se zamykáme, něco ve vzduchu tady lítalo, to víte sto čtyřicet klientů, vždycky se vyskytne nějaký, někdo nepoctivej nebo nějaký to všechno, takže na noc se zamykáme, brouček taky. Lidi jsou spící, nevidící, tak chodili si vybírat věci do pokojů. Takže s otazníkem.“

Nepřízpůsobivý lidi, nejsou to jen Romové, ale i Češi. Ručičky maj otočený, takže pak jako si myslej, co je tvoje, to je moje, nevidíš, neslyšíš, nepotřebuješ to. Takže ta bezpečnost to je jedno z mála tady. Ale když jdu do jídelny tak se zamykám.“

Moc Vám děkuji za rozhovor a za Váš čas.

Ona: „Taky, na shledanou.“

On: „Na shledanou.“

15.6 Klient č. 7. – pan R.

Otázky:

Kolik je Vám let?

„Ano, je mi 88. Teda bude, no 88 mi ted' bude za chvíli.“

Mohu se zeptat, jaký je Váš zrakový handicap?

„Jsem slepec, po úraze. To byla autohavárie, bum prásk, nemocnice a neviděl jsem a 7 let mě dávali dohromady doktoři po nemocnicích.“

Jak dlouho jste již v Domově Palata?

„Ted'kon to budou v prosinci 3 roky.“

Navštěvuje Vás rodina nebo přátelé?

„Ano, syn. On když má čas, tak přijde, a tak každopádně dvakrát do měsíce někdy i třikrát, někdy přijdou i vnučky i pravnučky se na mě kouknout jestli vůbec jsem. Přijdou, sem tam přijdou, když maj čas a něco mi přinesou. Já sice nic nepotřebuju, protože tady všechno mám - jídlo, noclech, dobrůtky. Máme tady výbornej kiosek, pani vedoucí nám objedná dort a přiveze nám to a mají taky spoustu zákusků a pití, limonády, piva. Od špendlíku po lokomotivu tady je.“

Navštěvujete také svoji rodinu, přátele? (svátky, oslavy...)

„Ne, já ani nechci. Na svátky jsem byl tady už ten třetí rok a tady je to výborný, protože jsme tady všichni takový ty, co mají rodiny a jsou rádi sami na svátky. Jsem tady mezi svejma a jsem tady naprosto spokojenej.“

Účastníte se aktivit v Domově? Pokud ano, jakých?

„Všechno, co tady existuje. Jsem starej dědek, ale jsem přihlášený na tancování, zpívání i ruční práce, na všechno prostě, co jsou tady za akce. No teda skoro na všechno, teda jak jsou pámbíčkáři v pátek tak tam jsem byl jen dvakrát nebo třikrát, ale poslechl jsem pana faráře, všechno jsem vyslechl. Jak jsem říkal, chodím tancovat, chodim zpívat.“

Co děláte ve svém volném čase?

„Poslouchám rádio, chodim na denní místnost, luštili jsme ted' křížovky, je tady hodně zábavy a třibení mozku a to je důležitý pro starý lidi, hodně zapomínáme a takhle si to připomínáme, trénování paměti se tomu říká a luštění křížovek. Hodně aktivit je tady a slovo nudit se to neznám vůbec. To pro mě neexistuje.“

Jste v Domově spokojen/á?

(ubytování, stravování, doprovody, úkony soc. péče - pomoc s hygienou, aktivizace, kulturní akce, úklid místností, praní prádla)

„Ano naprosto se vším, s jídlem, s ubytováním, tak spaním, tak všechny možné akce a jsem tady naprosto spokojenej, a to jsem vůbec nečekal před těmi třemi lety, že to tady bude tak nádherný tady.“

Cítíte se zde jistě a bezpečně?

„Ano, naprosto, to je jako doma prostě no a tady je to o to lepší, že nemusím nic dělat. Doma jsem myl okna a prali jsme záclony, no jako v každý domácnosti a já jsem byl v invalidním důchodu a tak jsem doma pomáhal manželce a i polívku jsem uměl uvařit sám, když jsem nevařil, tak jsem míchal třeba a pomáhal jsem manželce. Jelikož mi manželka zemřela, tak jsem zůstal sám doma a to už jsem pak vůbec nemohl a to už bylo nebezpečný.“

Horší potom, když už jsem vůbec neviděl poslední léta. Tak říkám takhle to nejde, musím někam do domova důchodců, pro přestárly lidi samotný. Ale říkám vám tady je to kouzelný.

Minulý týden tady byla akce Palata tančí nebo jsme měli vystoupení pěvecký soubor Sluníčko a přišla rodina obyvatel no a krásný to bylo.

No tak to vám můžu říct, já jsem naprosto spokojený, já se o nic nestarám, když tady třeba, já nevím, tak třeba mi přestane hrát rádio a stačí jen zavolat a spravěj hned na počkání. To je servis za všechny prachy to nikde jinde nefunguje. Kamarádi, když přijdou a já jsem hrával fotbal a hokej a přijdou a říkají: „Člověče to je nádhera, ty se tady máš.“ Všichni mi to záviděj, kluci, kamarádi, čistý, moderní, upravený, příjemný lidi okolo. To je moc důležitý. Když žijete v jedné místnosti, tak to jsou všechno moje přátelé, ikdyž jsme se vůbec neznali. To už poznáte, jak je člověk šťastnej.

Co jsem řekl, za tím stojím a nádhera, proto jsem takovej furt veselej. Já jsem pořád šťastnej. Když se ráno probudím, tak je tady zdravotní bratr Petr a ten stačí, když mi po ráno zapíská (píská písničku) já už vím, že mám vyskočit a vzít si prášky, který mi přinesl. Je to takový kamarád. Tady jsme spíš kamarádi všichni a to je moc důležitý, že není člověk takovej zadumanej, nervózní a tak. Já to takhle vidím na sobě, nemluvim za ostatní, to nemůžu že jo, ale podle toho, co slyším u stolu v jídelně, tak všichni jsou spokojený. Ikdyž některý lidi budou nespokojený vždycky a vždycky si něco vymyslej, když chtěj.

Čím potom člověk pozná, že je na něj hodnější, příjemnější a on vás potom po straně pomlouvá, ale to jsem zažil v práci, když jsem ještě chodil, ale to je v každém zaměstnání.

Já se o nic nestarám, čekám až pro mě přijdou. Řeknou: „Pane R....: „Jdeme“, ano a už mažu s nima. Horší to je na vozejků, ty děvčata, teda to už nejsou dneska děvčata, ale je to hrozný. Máme tady taky vystoupení na vozejkách, trénujou, cvičej, a kdo může chodit, tak tancuje a kdo je na vozejků. A ty na vozejků byli v prostředku a my jsme mávali a tancovali.

Bylo to pěkný, sice jsem na to neviděl, ale bylo mi to celý komentovaný, co se děje na parketě a tak. (Palata tančí)

Taky jezdíme po naší republice, vystupujeme se Sluníčkem. Byli jsme v tý, no jo vzpomenu si, no tady po republice i po Praze jezdíme, byli jsme na Žižkově v Akropolis. “

Moc Vám děkuji za rozhovor a za Váš čas.

„Není zač, když vám pomůže moje povídání, tak budu rád. “

15.7 Shrnutí rozhovorů

Navštívila jsem klienty, kteří byli ve věkovém rozmezí od 72 do 97 let. Moc mě potěšilo, že všichni klienti, které jsem o rozhovor požádala, mě mile a ochotně přijali a odpověděli mi na mé otázky. Jsem si vědoma, že většina klientů si mě pamatovala z mé praxe a návštěvy, a tak to bylo pro klienty snazší. Pro mě to bylo také jednodušší, v tom smyslu, že jsem se mohla po domově pohybovat sama a kontaktovat dané klienty. Většinou si mě pamatovali po hlase a to mě vždy mile potěšilo. Kontakt mezi pracovníkem (dobrovolníkem, praktikan-tem) a klientem je velice důležitý. Měla jsem dobrý pocit, že jsem zanechala takový dojem.

Rozhovory jsem si přímo zaznamenávala do PC a díky mé znalosti psaní všemi deseti jsem stihla zaznamenat opravdu vše.

Je pravdou, že někteří klienti odpovídali poněkud zmateně, ale to je pro jejich vysoký věk samozřejmě pochopitelné.

Aktivity, kterých se klientům v Domově dostává, přispívá, myslím si, jejich duševnímu i psychickému zdraví. Je moc důležité se klientům v domově věnovat. Každý den je pro ně připravený nějaký program pro oživení všedního dne.

Z rozhovorů vyplynulo, že klienti, kterých jsem se tázala, jsou v domově spokojeni, protože se jim dostává výborná péče a každým dnem se mohou na něco těšit. Klienti jsou motivováni do dalších dnů, které v Palatě tráví.

Ve všech případech dotazovaných klientů za nimi chodí návštěvy, ať rodina nebo přátelé, to si myslím, je také velice důležité, zůstat v kontaktu, protože rodina je velmi důležitá, ať

jde o samotnou podporu, zážitky nebo jen vědět, že člověk není na světě sám a má se o koho opřít a vypovídat se.

16. Trénování paměti u seniorů

S přibývajícím věkem nás naše paměť zrazuje mnohem častěji a pro staršího klienta je těžší si zapamatovat nové informace, jména, čísla a proto je velmi důležité opakování. Trénování paměti je stejně důležité jako tělesný trénink. Pravidelné cvičení je nezbytné.

Podle doktorky Pospíšilové je trénování paměti jedním z prostředků, který zajišťuje dostatečný stupeň mentální nezávislosti pro každodenní život seniorů.

Aby bylo trénování paměti úspěšné, je zapotřebí aktivní zájem seniorů a průběžné udržení jejich soustředění. Skupiny osob by měly být malé, maximálně 12 osob.

Při své praxi na Palatě – Domova pro zrakově postižené jsem si také vyzkoušela, jaké to je vést trénování paměti. Několik cvičení, které jsem si připravovala, bych zde ráda uvedla. Čerpala jsem z vlastní zkušenosti nebo z příruček pro trénování paměti, které jsou pro tuto činnost připravovány.

Když jsou na místě všichni klienti, tak sociálně aktivizační pracovník, nebo ten, kdo aktivitu vede, klienty uvítá a položí otázku, jaký je *dnešní* datum, kdo slaví svátek a jestli je nějaký významný den.

Na začátek této aktivity - trénování paměti si klienti vždy zopakují patřičné informace týkající se ostatních klientů, kteří trénování paměti také navštěvují; jejich jména, datum narození, místa narození a květiny, které jim byly přiděleny na začátku, tedy při jejich první hodině.

Příklad: *Nela Sýkorová, rok narození: 1991, místo narození: Mladá Boleslav, květina: Narcis.*

Klienti jsou vždy posazeni v kruhu, aby lépe slyšeli, a také to navozuje přátelštější atmosféru pro klienty i sociálně aktivizační pracovníky, kteří trénování paměti vedou.

Příklady cvičení, které jsem připravila a poté s klienty uskutečnila:

Cvičení: Vyřazení nevhodného slova, které nepatří do dané skupiny slov.

Klient vždy odpoví na otázku a má za úkol sdělit i důvod nevhodného slova.

1. kos, straka, vrabec, **plecko**, sojka
2. rohlík, chléb, veka, houska, **bonbon**
3. citrón, švestka, **rajče**, třešně, hruška
4. kalhoty, sako, svetr, **korále**, sukně
5. narcis, jiřina, kopretina, pampeliška, **žalud**
6. kokršpaněl, jezevčík, německý ovčák, **jelen**
7. stůl, skříň, židle, **ubrus**, dveře
8. nůžky, propiska, pastelka, **pivo**, pravítko
9. Martin, Šimon, Lukáš, **Markéta**, Petr
10. zrcadlo, hřeben, vana, **strom**, umývadlo
11. špagety, svíčková, **mléko**, párek, šunka
12. kabely, batoh, taška na nákup, **klobouk**, sportovní taška

Cvičení: Co znamenají tyto zkratky? Klienti odpovídají popořadě, a když tázaný klient neví, může odpovědět jiný, který zná odpověď.

1. **OSN** = Organizace spojených národů
2. **ZŠ** = Základní škola
3. **EU** = Evropská unie
4. **OA** = Obchodní akademie
5. **SPZ** = Státní poznávací značka
6. **MÚ** = Městská úřad
7. **NKÚ** = Nejvyšší kontrolní úřad
8. **KPZ** = Krabička poslední záchrany
9. **ND** = Národní divadlo
10. **ČD** = České dráhy

11. **TJ** = Tělovýchovná jednota

12. **MPSV** = Ministerstvo práce a sociálních věcí

Cvičení: Každý klient, který se zúčastní, si vybere jedno písmeno, které řekne nahlas v prvním kole. V druhém kole si každý klient vybere libovolné číslo a ve třetím kole klient řekne podstatné jméno, které začíná od vybraného písmena a má počet písmen podle vybraného čísla. Číslo se může dvakrát opakovat, aby to nebylo moc náročné.

Příklady:

1. L – 6 – lenost
2. O – 5 – opice
3. B – 3 – buk
4. V – 7 – veverka
5. P – 4 – plot
6. K – 9 – kopretina
7. M – 8 – mládenec
8. C – 3 – cop
9. Ch - 5 – chobot
10. F – 4 – fous
11. J – 7 – jestřáb
12. R – 8 – rostlina

Cvičení: Doplnění známých přísloví. Každý klient doplní půlku přísloví, pokud ho zná. Kdo zná, může vysvětlit, co jaká přísloví znamenají.

1. Kdo šetří, **má za tři.**
2. Oko za oko, **zub za zub.**
3. Mluví stříbro, **mlčeti zlato.**
4. Není všechno zlato, **co se třpytí.**
5. Chytrému napověz, **hloupého trkni.**
6. Darovanému koni **na zuby nehleď.**
7. Dočkej času **jako husa klasu.**

8. Důvěřuj, **ale** prověřuj.
9. Bez práce **nej**sou koláče.
10. Boží mlýny melou pomalu, **ale** **jistě**.
11. Až naprší **a** **uschne**.
12. Dvakrát měř, **jednou** řež.
13. Kdo dřív přijde, **ten** dřív **mele**.
14. Tak dlouho se chodí se džbánem pro vodu, **až** se **ucho** **utrhne**.
15. Všechno zlé **je** **pro** **něco** **dobré**.
16. Žádný učený **z** **nebe** **nespadl**.
17. Šaty dělají **člověka**.
18. Co můžeš udělat dnes, **neodkládej** **za** **zítek**.
19. Hlad má **velké** **oči**.
20. Chodí kolem **horké** **kaše**.
21. Chybami se **člověk** **učí**.
22. Pes, který štěká, **nekouše**.
23. Ranní ptáče **dál** **doskáče**.
24. Tichá voda **břehy** **mele**.

Cvičení: Význam slova „oko“. Kde všude se setkáváme s „okem“?

Odpovědi:

- zrakový orgán
- volské oko
- kuří oko
- oko na punčoše
- oko při pletení
- oko na polévce

Rčení:

Jako by mu z oka vypadl.

Příslloví:

Oko za oko, zub za zub.

Sejde z očí, sejde z mysli.

Oko do duše okno.

Cvičení: Význam slova „ucho“. Kde se můžeme setkat s „uchem“?

Odpovědi:

- část těla
- ucho u tašky
- ucho u košíku
- ucho u jehly
- ucho u hrnce

Rčení:

Pouštět něco jedním uchem tam a druhým ven.

Cvičení: Slovní fotbal bez křestních jmen.

Příklad:

Kvěтина, apríl, lusk, kotrmelec, celník, kaštan, narcis, slunce, ementál, lednice, elektrika, anekdota, angrešt, turek, květ, tuba, alkohol, les, seno, ovoce, energie.

Po trénování paměti si klienti rádi zazpívají na rozloučenou některou ze svých oblíbených písniček, jako např. ***Ta naše písnička česká***

Text:

*Ty naše písničky, jsou jako perličky
na šňůrce navlečené.
Tolik je krásy v nich a je to velký hřích,
že jsou tak pomíjené.*

*Ta naše písnička česká, ta je tak hezká, tak hezká
tak jako na louce kytička, vyrostla ta naše písnička.
Až se ta písnička ztratí, pak už nic nebudem mít.
Jestli nám zahyne, všechno s ní pomine,
potom už nebudem žít.*

*Zpívejte lidičky ty naše písničky, písničky z Moravy z Čech.
Ta naše písnička, je sice prostičká, ale je nejhezčí z všech.*

*Ta naše písnička česká, ta je tak hezká, tak hezká tak jako na louce kytička, vyrostla
ta naše písnička. Až se ta písnička ztratí, pak už nic nebudem mít. Jestli nám za-
hyne, všechno s ní pomine, potom už nebudem žít. (2x)*

Autor: Karel Hašler

Trénování paměti je úspěšný aktivizační program pro seniory v Domově. Po uplynutí několik mých cvičení, jsem se dočkala pochvaly, která se cení a na kterou se určitě nezapomíná.

17. Neobyčejný Honza Jareš

Při absolvování své praxe jsem se setkala osobně s Honzou Jarešem, který svým nezapomenutelným hlasem upoutá pozornost.

„Neobyčejný příběh, neobyčejný hlas.“¹⁷

Narodil se v roce 1981 v Hradci Králové, ale své dětství prožil v Brně, kde absolvoval základní školu pro nevidomé a souběžně základní školu uměleckou, obor zpěv a klavír. Po

¹⁷ www.honzajares.cz

skončení základní školy se přestěhoval do Prahy, kde po několika letech hudebního vzdělávání byl přijet na Pražskou konzervatoř, obor populární zpěv, který úspěšně skončil v roce 2011. Stal se prvním nevidomým studentem v historii Pražské konzervatoře.

Své první debutové album vydal roku 2008 s názvem „*Některý lidi*“ s písničkami Tomáše Kympla.

Mezi jeho další zájmy patří cestování, navštívil už přes 30 zemí světa. Má rád sport, jako je plavání, běh, jízda na kole nebo také lyžování.

Za osobní setkání s ním, jeho maminkou a babičkou jsem velice ráda a můžu doporučit poslech jeho hudby na koncertech, které jsou vyvěšeny na jeho osobních internetových stránkách.

Fotografie viz *Příloha*

18. Návštěva Neviditelné výstavy

Ráda bych zmínila svou osobní zkušenost z Neviditelné výstavy, které jsem se zúčastnila.

„Představte si, že jste se ocitli v naprosté tmě...

Neviditelná výstava Praha je ojedinělá interaktivní cesta po světě,

v němž zmizelo všechno světlo,

a kde se snažíte pomocí svých zbylých smyslů najít cestu ven.“¹⁸

Neviditelná výstava nás provází světem nevidomých. Skládá se ze dvou expozic. Na tu zajímavější a interaktivnější jsme museli čekat asi patnáct minut a proto jsme se mohli nejdříve seznámit s pomůckami pro nevidomé a slabozraké, jako jsou např. zvětšovací lupy, Braillovo písmo, Pichtův stroj, speciální program, který reprodukuje zvuk a připojuje se k počítači aj.

Druhá část výstavy je velmi netradiční, protože se jedná o několik zcela uzavřených místností charakteru. Procházela jsem nejdříve bytem vybaveným obyčejnými věcmi. Bylo pro mě až překvapivě snadné ztratit v prostoru orientaci a kdykoliv jsem poznala známý objekt, byla jsem ráda. Dále jsem se ocitla v rušné ulici se značkami, popelnicemi nebo dokonce i starým autem. Poté jsme se dostala do lesa a musela jsem najít cestu přes členitý most. Také jsem navštívila uměleckou galerii s mnoha exponáty, kde jsem mohla hádat, o jaká umělecká

¹⁸www.neviditelna.cz

díla se jedná. Nakonec jsem navštívila bar s kavárnou, kde jsme si mohli sdělit dojmy s ostatními, a povídat si s nevidomým nebo slabozrakým průvodcem.

Celá výstava trvala přes hodinu, ačkoli se mi to tak dlouhé nezdálo a byla jsem překvapená, že čas ubíhal rychleji.

Výstavu bych určitě ráda navštívila znovu a ostatním doporučuji tuto osobní zkušenost. Neviditelná výstava také nabízí další nové *neviditelné zážitky*, nejen pro jednotlivce, ale i pro skupiny nebo firmy:

Neviditelnou masáž, neviditelnou ochutnávku vín, neviditelný teambuilding, neviditelnou večeři.

Neviditelná masáž láká svou relaxací po dlouhém dni v práci a zbavením nahromaděného stresu. Zrakové vjemy zde nejsou přítomny a tím se zážitek z neviditelné masáže ještě více zesílí. Nikoho neruší světlo ani další vnější vlivy. V nabídce je masáž relaxační nebo osvěžující. Osvěžující masáž je doporučena na úlevu od stresu nebo při potížích kosterní soustavy. Relaxační masáž ocení sportovci.

Neviditelná ochutnávka vín se většinou koná pro 6 – 10 osob za přítomnosti nevidomých nebo slabozrakých průvodců. Víno Neviditelné výstavě dodává firma *Vinorum*, která je dovozcem prémiových vín z celého Maďarska.

Neviditelný teambuilding nabízí Neviditelná výstava pro malé i velké firmy. Jde o skutečný trénink, zážitek a hlavně dobrodružství. Plní se úkoly, při kterých asistují nevidomí nebo slabozrací průvodci. Účastníky čeká řešení věcí tvořivě a hledání nových způsobů mimo pracovní prostředí.

„Ve tmě se zlomí strach vystupovat před lidmi, účastníci jsou vůči sobě tolerantnější, mají větší trpělivost, což se pak může přenést i do pracovního prostředí.“¹⁹

Neviditelná večeře je za cenu 650,- Kč a zahrnuje: hodinovou prohlídku ve tmě, talíř plný překvapení, polévku, hlavní chod, dezert, nápoj.

V TyfloCentru jsem si také mohla zkusit s dalším praktikantem roli nevidomého a roli průvodce v rušném městě. Byla to pro mě velká zkušenost, a i přesto, že město dobře znám, tak to nebylo pro mě příliš jednoduché.

¹⁹www.neviditelna.cz

Závěr

Na závěr mé bakalářské práce bych ráda shrnula svou teoretickou a praktickou část a naplnění stanovených cílů.

Svou prací se snažím přiblížit problematiku slabozrakých a nevidomých osob a seniorů, protože ne každý ví, jak zrakově postiženému člověku může pomoci nebo mu jen zpříjemnit jeho život.

V teoretické části jsem nejdříve stručně představila speciální pedagogiku a její podobory a poté z větší části tyflopédii, která se zabývá zrakovým postižením. Zaměřila jsem se na zrakové vady a příčiny zrakového postižení. Uvedla jsem možnosti týkající se speciálních pomůcek včetně Braillova písma, které jsem přiblížila popisem použití a dvěma fotografiemi, tj. pichtův stroj a tabulka s ručním bodátkem pro psaní, které se nachází v přílohách.

Další kapitola nese název *Desatero při kontaktu se slabozrakými lidmi* a je, myslím si, přínosem pro řadu osob, kteří mají zájem o to vědět, co dělat a jak se chovat při kontaktu se slabozrakou nebo nevidomou osobou např. v dopravním prostředku, na ulici, v obchodě apod.

Ráda bych přešla ke kapitole, která je mi blízká, protože jsem se zaujetím četla knihu, která se k tomuto tématu vztahuje. A to je reminiscence a reminiscenční terapie. Práce se vzpomínkami u seniorů je velice důležitá a můj názor je takový, že by tato aktivita měla mít své místo v každém domově pro seniory, protože nese s sebou velký přínos pro klienty. A to v podobě setkávání se s ostatními obyvateli, možnost rozhovorů s pracovníky/asistenty a ostatními účastníky, společné vzpomínání apod. K této aktivitě je potřeba umění správného rozhovoru, velmi dobrou přípravu a příjemný prostor s reminiscenčními předměty, které vyvolávají u seniorů vzpomínky. Tomuto tématu se věnuji v podkapitolách hlavní kapitoly u Reminiscence a věřím, že bude přínosem pro ty, co se o tomto programu chtějí dozvědět něco více. Do příloh jsem vložila fotografie reminiscenčních místností, které se nachází v Domově Palata a měla jsem tu možnost je poznat, strávit v nich příjemný čas a navíc je vyfotografovat pro tuto příležitost.

Poté jsem v praktické části práce uvedla organizaci TyfloCentrum, kde jsem strávila čas díky své praxi, bohužel toho centrum je již v Mladé Boleslavi zrušené. Hodně prostoru jsem věnovala domovu Palata, protože podle mých zkušeností je to příkladný Domov pro seniory se zrakovým handicapem. Je to moje první vynikající zkušenost s Domovem pro seniory,

který jsem měla možnost poznat. Bohužel ze svých zkušeností vím, že takový lidský přístup, profesionalita a ochota není v naší společnosti zvykem.

Z osobních rozhovorů s klienty, které jsem iniciovala a absolvovala a také vnesla do této práce, jsem usoudila, že klienti jsou v Domově Palata naprosto spokojení, každý den mají program, na který se těší a to je velmi důležité. Dostává se jim péče, která by měla být samozřejmostí, ale leckdy to tak bohužel není, jak jsem již zmínila. S každým klientem jsem strávila půl až hodinu pro připravovaný rozhovor do této práce, bylo velmi příjemné si s nimi povídat, protože jsem se leckdy nemusela sama tázat a klienti byli vděční a sami rozvíjeli mé okruhy otázek. Musím sdělit, že jsem se několikrát od srdce s klienty zasmála. A podle mého názoru to je velkým důkazem spokojenosti klientů, kterých jsem se tázala.

Ke konci praktické části jsem se nezapomněla zmínit o neobyčejném Honzovi Jarešovi, který svůj život věnuje hudbě. Jako první nevidomý vystudoval Pražskou konzervatoř. Setkávala jsem se s ním při úterních Kavárnách na Palatě, kde pro Domov hraje na klavír a zpívá oblíbené písně klientů.

V poslední kapitole jsem uvedla svou další osobní zkušenost z Neviditelné výstavy, která probíhá v Praze. Pro přiblížení světu, ve kterém nevidomé osoby žijí je to zkušenost k nezaplacení.

Použitá literatura

- BEDNÁŘOVÁ, J., *Zrakové vnímání*, 3. vydání. Praha: Dys-centrum, 2010. 64 volných listů v obálce, ISBN 978-80-904494-2-8.
- ČÁLEK, O. a kol. *Vývoj osobnosti zrakově těžce postižených*. Praha : SPN, 1985. 244 s.
- DVOŘÁČKOVÁ, D. *Kvalita života seniorů*. Grada, 2012. 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.
- FINKOVÁ, D. *Základy tyflopédie – Předmět, cíle, techniky prostorové orientace a komunikace*. Olomouc: UP. 2010. 56. s. ISBN 80-24426-27-7.
- FINKOVÁ, D., a kol. *Speciální pedagogika osob se zrakovým postižením*. Olomouc: UP. 159. s. ISBN: 978-80-244-1857-5.
- HORNOVÁ, J. *Oční propedeutika*, Praha : Grada, 2011. 112 s., ISBN 978-80-247-4087-4.
- JANEČKOVÁ, H., VACKOVÁ M. *Reminiscence. Využití vzpomínek při práci se seniory*. Portál 2010. 152 s., ISBN 978-80-7367-581-3.
- KEBLOVÁ, A., *Integrované vzdělávání dětí se zrakovým postižením*, 1. vydání. Praha: Septima, 1996. 100 s. ISBN 80-85801-65-5.
- KEBLOVÁ, A., *Zrakové postižené dítě*, 1. vydání. Praha: Septima, 2001. 68 s. ISBN 80-7216-191-1.
- KEBLOVÁ, A., *Hmat u zrakově postižených*, 1. vydání. Praha: Septima, 1999. 40 s. ISBN 80-7216-085-0.
- KEBLOVÁ, A. *Sluchové vnímání u zrakově postižených*, Praha: Septima, 1999. 30 s. ISBN 80-7216-080-X.
- KEBLOVÁ, A., *Čich a chuť u zrakově postižených*, Praha: Septima, 1999. 30 s. ISBN 80-7216-081-8.
- KRAUS, H. a kol. *Kompendium očního lékařství*, Praha : Grada, 1997. 360 s., ISBN 80-716-9079-1.
- KVĚTOŇOVÁ – ŠVECOVÁ, L. *Oftalmopedie*, 67. publikace. Brno: Paido, 1998. 66 s. ISBN 80-85931-50-8.

- KVĚTOŇOVÁ-ŠVECOVÁ, L., *Edukace dětí se speciálními potřebami v raném a předškolním věku*. Brno: Paido edice pedagogické literatury, 2004. 126s. ISBN 80-7315-063-8.
- LITVAK, A. G. *Nástin psychologie nevidomých a slabozrakých*. Praha : Státní pedagogické nakladatelství, 1979. 170 s. ISBN 80-86413-30-6.
- MATOUŠEK, O. a kol. *Sociální práce v praxi*. Vyd. 2. – Praha : Portál 2010. 352 s. ISBN 978-80-7367-818-0.
- MONATOVÁ, L., *Pojetí speciální pedagogiky z vývojového hlediska*, 2. rozšířené vydání, Brno : Paido, 1998. 85 s. ISBN 80-85931-60-5.
- MONATOVÁ, L., *Pedagogika speciální*, 1. vydání, Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1994. 199 s., ISBN 80-210-1009-6.
- MORAVCOVÁ, D. *Zrková terapie slabozrakých a pacientů s nízkým vizem*, 1. vydání. Praha: Triton, 2004. 203 s. ISBN 80-7254-476-4.
- MORAVCOVÁ, D. *Zrková terapie slabozrakých*, 1. vydání. Praha: Triton, 2007, 39 s., ISBN 978-80-7254-949-8.
- PETROVICKÝ, P., DRUGA, R., *Zrkové s sluchové orgány, orgány s vnitřní sekrecí*, 1. vydání. Praha: Karolinum, 1996. 87 s., ISBN 80-7184-118-8.
- SLOWÍK, J., *Speciální pedagogika*, 1. vydání. Praha 7: Grada, 2007. 160 s. ISBN 978-80-247-1733-3.
- ŠIKL, R. *Zrkové vnímání*, 1. vydání. Praha: Gradapublishing, 2012. 312 s., ISBN 978-80-247-3029-5.
- VALENTA, M. a kol. *Přehled speciální pedagogiky*. Portál 2014. 272 s., ISBN 978-80-262-0602-6.
- VÍTKOVÁ, M., *Kapitoly z úvodu do speciální pedagogiky*, 1. vydání, Masarykova Univerzita pro posluchače Pedagogické fakulty MU, Brno, 1994. 74 s., ISBN 80-210-0475-4.
- WIENER, P. a kol. *Základy komunikace se zrkově postiženými*. IRZP UK FHS. ISBN 978-80-86991-12-2.

Internetové zdroje:

- www.helppes.cz
- www.honzajares.cz
- www.neviditelna.cz
- www.nevidomimezinami.cz
- www.sons.cz
- www.skolajj.cz
- www.tyflocentrum.cz
- www.tyflokabinet-cb.cz

Časopisy:

- HAVELKA, Petr, *recenze na knihu: LANGER, J., SOURALOVÁ, E., HORÁKOVÁ, R. Taktilní znakový jazyk. Manuál k výuce a studiu*. Praha : LORM - Společnost pro hluchoslepy, 2010. 32 s. ISBN 978-80-254-8457-9., časopis SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA 2., 2012, Vydává Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta, 168-169 s. ISSN 1211-2720.
- KRAMOSILOVÁ, Zuzana, KVĚTONOVÁ, Lea, ŠUMNÍKOVÁ, Pavlína, *Zjišťování úrovně hmatového vnímání a rychlosti čtení Braillova bodového písma prostřednictvím testu hmatového vnímání STIP*, časopis SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA 3., 2013, Vydává Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta, 220-227 s., ISSN 1211-2720.
- PRÁZDNÁ, Radka, *Faktory, které determinují výuku informatiky v základním vzdělávání žáků se zrakovým postižením*, časopis SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA 3., 2013, Vydává Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta, 210-219 s., ISSN 1211-2720.

Propagační materiály:

- Palata – Domov pro zrakové postižené, Praha
- TyfloCentrum – Mladá Boleslav

Seznam příloh

Příloha č. 1. – *Abeceda Braillova písma*

Příloha č. 2. – *Prohlášení klienta*

Příloha č. 3. – *Příloha k žádosti o poskytnutí pobytové sociální služby*

Příloha č. 4. – *Fotografie z Palaty*

Příloha č. 5. – *Fotografie nevidomého Honzy Jareše, kterému se věnuji v praktické části*

Příloha č. 6. – *Pichtův psaní stroj pro přímé tisknutí Braillova písma, tabulka a bodátko*

Příloha č. 7. – *Seznam otázek pro paní Mgr. - zástupkyni vedoucího v Palatě*

Příloha č. 8. – *Seznam otázek pro rozhovory s klienty*

Příloha č. 9. – *Seznam škol, které mohou navštěvovat osoby se zrakovým postižením*

Příloha č. 10. – *Kulturní program na měsíc únor a březen, který mi byl poskytnut v Domově Palata*

Přílohy

Příloha č. 1. - *Abeceda Braillova písma*

1 A	2 B	3 C	4 D	5 E	6 F
7 G	8 H	9 I	0 J	K	L
M	N	O	P	Q	R
S	T	U	V	W	X
Y	Z				
.	,	!	?	:	;
()	+	-	=	<
>	±	/		'	

Příloha č. 2. – *Prohlášení klienta*

1. Prohlášení klienta: Palata – Domov pro zrakově postižené



PALATA-Domov pro zrakově postižené, Praha 5, Na Hřebenkách 737/5

Nejstarší český domov poskytující pobytové sociální služby pro osoby se zrakovým postižením založený v roce 1893

Telefon ústředna 257 311 930, 257 311 931, 257 311 563, 257 311 261

Telefon sociální pracovnice 257 311 566

Fax 257 311 932, <http://www.palata.cz>, e-mail servis@palata.cz



Prohlášení klienta

Jméno klienta.....Datum narození.....

Svým podpisem dávám souhlas k tomu, aby Palata – Domov pro zrakově postižené podle § 5 zákona č. 101/2000 S. ve znění pozdějších předpisů shromáždila a zpracovala mé osobní údaje nezbytně nutné pro řízení ve věci umístění do domova pro osoby se zdravotním postižením.

Datum

Podpis

Příloha č. 3. – Příloha k žádosti o poskytnutí pobytové sociální služby



Příloha č.2 k žádosti o poskytnutí pobytové sociální služby

Vyjádření očního lékaře

(příloha je k dispozici na www.palata.cz)

(prosíme vyplnit na PC nebo na psacím stroji)

1. Žadatel(ka), jméno, příjmení, titul:

2. Datum narození:

3. Trvalé bydliště:

4. Kolik let je osoba v péči očního lékaře?

5. Anamnéza (rodinná, osobní, pracovní)

6. Objektivní nález - vidění:

- a) dálka
- b) blízko
- c) rozsah zorného pole
- d) **výsledek perimetrie**

7. Diagnóza: (česky), statistická značka hlavní choroby podle mezinárodního seznamu

- a) hlavní
- b) ostatní choroby omezující pohyb, orientaci, soběstačnost

8. Výsledek očního vyšetření podle vyhlášky č.284/1995 Sb.

(hodnotit zrak u lepšího oka, výsledek vyšetření dálkového vidění a zorného pole)

***/ zakroužkujte prosím správnou odpověď**

- a) úplná nevidomost (incerta nebo naprostá ztráta zraku) ANO – NE*
- b) praktická nevidomost – 1/60 světlocit nebo omezení zorného pole do 5 st. kolem centrální fixace, i když zraková ostrost není postižena ANO – NE*
- c) těžce slabý zrak – méně než 3/60 až 1/60 vč. nebo koncové zúžení zorného pole obou očí pod 20 st. u jediného funkčně zdatného oka pod 45 st. ANO – NE*
- d) silná slabozrakost – méně než 6/60 až 3/60 vč. ANO – NE*

9. Doplňující údaje k výsledku vyšetření (k bodu 6.) a jiné údaje:

Dne:

Adresa a tel. kontakt:

Podpis a razítko očního lékaře:

Příloha č. 4. - Fotografie z Palaty



Tkaní koberců z uháčkovaných řetízků, které klientky vyrábějí.



Příprava na věnce. Zlaté stránky/noviny ze kterých se dělají ruličky na pletení. Až je vše suché od lepidla, natírá se věnec hnědým barvivem a ozdobí se.



Už hotový a ozdobený věnec (vlevo), věnec, který ještě není dokončený (vpravo).



Já s klientkou – volný čas.



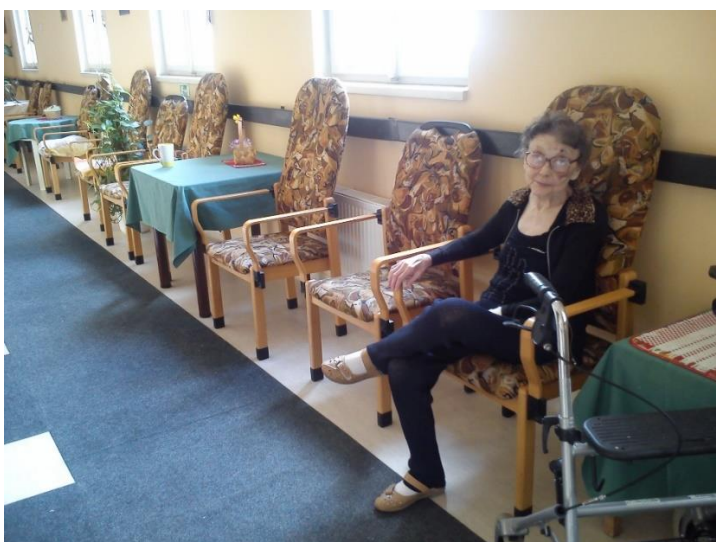
S klientkami.



S klientkou a klientem.



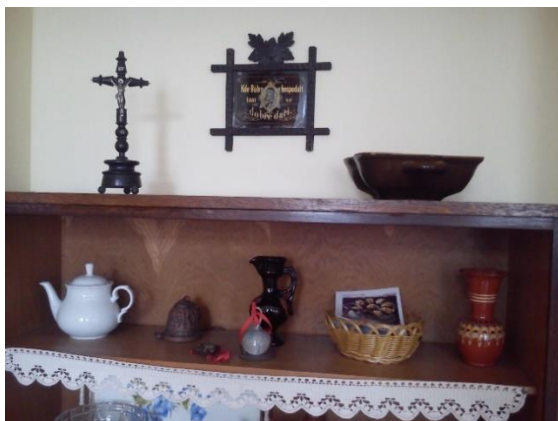
Klient v denní místnosti na oddělení.



Klienta sedící na společné chodbě, kterou má naproti svému pokoji. Ráda tam sedává a povídá si s ostatními.

Fotografie z reminiscenčních místností: (Domov Palata, oddělení C a D)





Tyto fotografie jsem zahrnula do mé práce, protože se o Reminiscenci zmiňuji v teoretické části a také jsem se na tyto reminiscenční místnosti tázala při rozhovoru s paní zástupkyní vedoucího z Domova Palata.

Tyto dvě místnosti jsou plně využívány a myslím si, že na klienty působí pozitivně a rádi se tady společně setkávají, povídají si, obědvají, plní aktivity apod.



Každé oddělení má svou výzdobu na chodbách.

Výzdoby jsou i tematické a myslím si, že je to velmi dobrý a kreativní nápad.

Všichni klienti, kteří jsou na fotografiích, dali souhlas pro zveřejnění fotografií do mé bakalářské práce. Tyto fotografie vznikly během dnů mé praxe na Palatě – Domova pro zrakově postižené a také během samotné návštěvy domova. Všem moc děkuji za tuto možnost.

Fotografie jsem vytvořila sama s vlastní iniciativou.

Příloha č. 5. - Fotografie nevidomého Honzy Jareše, kterému se věnuji v praktické části. (zdroj: www.honzajares.cz)



Příloha č. 6. - Pichtův psací stroj pro přímé tisknutí Braillova písma.

(zdroj: www.tyflokabinet-cb.cz)



Pražská tabulka s bodátkem pro ruční psaní. Bodátkem se vymačkávají v papíru hmatatelné body. (zdroj: www.tyflokabinet-cb.cz)



Příloha č. 7. – Seznam otázek pro paní Mgr. – zástupkyni vedoucího v Palatě

- 1) Jak se zrakově handicapovaní lidé/senioři dozvědí o Palatě?
- 2) Jaké předpoklady klient musí splňovat, aby se mohl dostat do Palaty? Je známo kolik klientů se nedostane do Palaty?
- 3) Jak velký je zájem o Palatu?
- 4) Kolik je zde v současné době klientů?
- 5) Jaký je zde průměrný věk klientů?
- 6) Zajímají se rodiny klientů o služby, které jsou zde nabízené?
- 7) Jak často se pořádají výlety pro klienty?
- 8) Jak velký zájem je o výlety?
- 9) Četla jsem knihu Reminiscence, kde jsou fotografie i z Palaty – reminiscenční místnosti, je zde tato místnost nadále?
- 10) Jak je zde využívána práce s dobrovolníky?

Příloha č. 8. – Seznam otázek pro rozhovory s klienty

Jmenuji se Nela Sýkorová, studuji obor Sociální pedagogika na Husitské teologické fakultě UK. Ráda bych do své bakalářské práce zařadila rozhovor s Vámi.

Veškeré údaje a informace budou použity jen v mé práci.

Otázky:

- 1) Kolik je Vám let?
- 2) Mohu se zeptat, jaký je Váš zrakový handicap?
- 3) Jak dlouho jste již v Domově Palata?
- 4) Navštěvuje Vás rodina nebo přátelé?
- 5) Navštěvujete také svoji rodinu, přátele? (svátky, oslavy...)
- 6) Účastníte se aktivit v Domově? Pokud ano, jakých?
- 7) Co děláte ve svém volném čase?
- 8) Jste v Domově spokojen/á?

(ubytování, stravování, doprovody, úkony soc. péče - pomoc s hygienou, aktivizace, kulturní akce, úklid místností, praní prádla)

9) Cítíte se zde jistě a bezpečně?

Moc Vám děkuji za rozhovor a za Váš čas.

Dodatek k příloze: Při některém z rozhovorů jsem podávala doplňující otázky pro správnost porozumění a zodpovězení dané otázky.

Příloha č. 9. - Seznam škol, které mohou navštěvovat osoby se zrakovým postižením

Systém péče o zrakově postižené

V podmínkách našeho školství mají školy pro zrakově postižené dlouholetou tradici a velmi vysokou úroveň. Určujícím faktorem při zařazení dítěte do speciální školy je zrakové postižení, a to s ohledem na prognózu zrakové vady.

Mateřská škola pro zrakově postižené

Mateřská škola pro zrakově postižené je předškolním zařízením pro děti s různým zrakovým postižením. Dětem se dostává speciální oftalmopedická péče. Zůstávají však v péči svého očního lékaře.

Při pobytu v MŠ je za několik měsíců intenzivní péče patrné zlepšení zrakových funkcí.

Základní školy pro slabozraké

Základní školy pro slabozraké poskytují základní vzdělávání a odborně léčebnou výchovnou péči dětem, které mají vady zraku. Obsah a rozsah učiva se shoduje s učivem základní školy, úpravy jsou k dispozici v učebních plánech a osnovách formy práce, které jsou dány specifitami zrakového vnímání. Je potřeba individuálního přístupu.

Základní školy pro žáky se zbytky zraku

Základní školy pro žáky se zbytky zraku poskytují základní vzdělávání a odborně léčebnou výchovnou péči dětem, které mají velké nedostatky vidění nebo s progresivními vadami zraku. Zrakové vnímání je kombinováno s hmatovým a sluchovým vnímáním.

Základní školy, resp. třídy pro žáky s poruchami binokulárního vidění

Tato možnost třídy pro žáky s poruchami binokulárního vidění je na škole Jaroslava Ježka, v Praze. Celý název této školy je: Škola Jaroslava Ježka, Mateřská škola, základní škola, praktická škola a základní umělecká škola pro zrakově postižené Loretánská 19, 118 00 Praha 1.

Základní školy pro nevidomé

Základní školy pro nevidomé poskytují základní vzdělávání a odborně léčebnou výchovnou péči dětem s vadami zraku takového stupně, že k vyučování i k orientaci používají pouze hmatu a sluchu. Důležitým úkolem je výcvik ostatních smyslů. Při vyučování se užívá učebnic psaných bodovým písmem a dalších speciálních pomůcek. Pozornost je věnována hudební výchově, tělesné výchově a pracovnímu vyučování.

Střední školy:

Gymnázium pro zrakově postižené

Všeobecné čtyřleté studium, které studenti zakončí maturitní zkouškou. Čtyři roky se vyučuje informační technika, ve čtvrtém ročníku je volitelný předmět programování.

Vyučuje se zde anglický a německý jazyk.

Od druhého ročníku jsou postupně volitelné předměty: latina, společenskovední seminář, cvičení z matematiky, ekonomický blok, konverzace v anglickém a německém jazyce, literární seminář a jazykovědní seminář.

Gymnázium je vhodné pro ty studenty, kteří chtějí po maturitě studovat na vysoké nebo na vyšší odborné škole.

Počet studentů ve třídě je 10 – 14.

Obchodní akademie

Čtyřleté studium, které je zakončené maturitní zkouškou. Anglický a německý jazyk se zde vyučuje.

Ve čtvrtém ročníku je možnost těchto volitelných předmětů: bankovníctví a pojišťovnictví, daňové právo, management a programování.

Obchodní akademie je vhodná pro studenty, kteří chtějí dále studovat na vysoké nebo vyšší odborné škole. Nebo pro ty, kteří chtějí pracovat jako střední ekonomičtí pracovníci.

Počet studentů ve třídě je 10 – 14.

Sociální činnost

Čtyřleté studium zakončené maturitní zkouškou. Cizí jazyky jsou zde anglický a německý.

Tento obor – sociální činnost je vhodný pro ty, kteří by rádi pracovali jako sociální pracovníci nebo dále studovali na vysoké nebo vyšší odborné škole.

Počet studentů ve třídě je zde také 10 – 14.

Obchodní škola

Dvouleté studium, které je ukončeno závěrečnou zkouškou. Obchodní škola je zaměřená na telemarketing. Povinný je jeden cizí jazyk, další jako možnost pro volitelný.

Obchodní škola je vhodná pro studenty, kteří se chtějí věnovat práci v administrativě, call centrech nebo obsluze telekomunikačních zařízení.

Počet studentů, kteří navštěvují jednu třídu: 10 – 14.

Konzervatoř J. Deyla Praha

Vyučující obory: hudba, zpěv, ladění klavíru, hudebně kulturní činnost.

Hudba a zpěv

Studenti jsou připravováni na povolání učitele hudby nebo pro další studium na vysoké škole. Studium je zakončené absolutoriem, jehož dosažením absolvent získá vyšší odborné vzdělání v konzervatoři.

Ladění klavíru

Žáci jsou připravováni na povolání ladič klavíru. Studium studenti zakončí maturitní zkouškou, student tak dosáhne úplného středního vzdělání.

Ladění klavíru a kulturní činnost

Dvouletý obor, který je zakončen závěrečnou zkouškou, tak student dosáhne středního vzdělání.

Vysokoškolské studium je podmíněno maturitní zkouškou s úspěšným vykonáním přijímacího řízení. Je zapotřebí uvážit vhodný výběr VŠ.

Vhodné jsou humanitní obory na filosofické nebo pedagogické fakultě, studium hudby, programování na přírodovědecké fakultě nebo na technice.

Příloha č. 10. – Kulturní program na měsíc únor a březen, který mi byl poskytnut v Domově Palata. (vkládání pomocí skeneru)

Kulturní a společenský program na měsíc únor

1. února v 9. 30 hodin

Promítání českého filmu „Účastníci zájezdu“ s audiozáznamem pro zrakově postižené.

3. února v 14.00 hodin

zrušeno, zákaz návštěv

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje pan Bartoš.

7. února v 10.00 hodin

Promítání 1. dílu slavného českého seriálu na motivy románu Aloise Jiráska „F. L. Věk“. Film **neobsahuje** audiozáznam pro zrakově postižené. V Hlavních rolích se představí Radoslav Brzobohatý, Lubomír Lukavský, Jan Pivec, Antonie Hegerlíková, Dana Medřická, Karel Höger a další.

10. února v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje pan Mácha.

11. února v 14.00 hodin

Přednáška pana profesora Vacka na téma „ Poruchy močopohlavního ústrojí ve stáří. Terapie a prevence.“

12. února v 10.00 hodin

Tancování s doktorkou Jílkovou.

13. února od 9.00 do 13.30 hodin

Firma Covidien, s kterou spolupracujeme organizuje workshopy pro své partnery. Vystoupení pěveckého sboru Sluníčko.

14. února v 10.00 hodin

Promítání 2. dílu slavného českého seriálu na motivy románu Aloise Jiráska „F. L. Věk“. Film **neobsahuje** audiozáznam pro zrakově postižené.

15. února v 10.00 hodin

V 14.00 hodin

Odjezd přihlášených účastníků do Státní opery na operu Rusalka v 12. 45 hodin, návrat cca v 17.00 hodin.

17. února v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje Honza Jareš.

19. února v 14.30 hodin –

zrušen zákaz návštěv

Recitace a umělecký přednes v podání pana Jaroslava Brendla. Na programu je poezie 19. a 20. Století.

21. února v 10. 00 hodin

Koncert paní Olgy Mikešové v doprovodu pana Bartoše.

14.00 hodin

Promítání 1. dílu slavného českého seriálu na motivy románu Aloise Jiráska „F. L. Věk“. Film **neobsahuje** audiozáznam pro zrakově postižené.

22. února v 10.00 hodin

Beseda s Dr. Zemanem na téma „Moudrost a cit v příbězích Oty Pavla“.

24. února v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje country skupina Křišpín Band.

26. února 10.00 hodin

Tancování s doktorkou Jílkovou.

v 14.30 hodin

Divadlo jednoho herce v podání paní Hoškové. Představení z cyklu Tři královny s názvem „Eliška Rejčka“.

28. února v 10. 00 hodin

Koncert paní Olgy Mikešové v doprovodu pana Bartoše.

Kulturní a společenský program na měsíc březen

3. března v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahrají paní Mikešová a pan Bartoš.

4. března v 11.00 hodin

Divadlo Hybernie uvádí původní český muzikál Přízrak Londýna, který se odehrává v Londýně v roce 1888. Odjezd z Palaty v 9. 45 hodin, návrat na Palatu v cca 14.15 hod.

5. března v 10.00 hodin

Tancování s doktorkou Jílkovou.

14. 30 hodin

Koncert světového houslového virtuóza p. Shonerta. Na klavír ho doprovází jeho maminka.

7. března v 10.00 hodin

Promítání 3. dílu slavného českého seriálu na motivy románu Aloise Jiráska „F. L. Věk“. Film **neobsahuje** audiozáznam pro zrakově postižené.

8. března v 10.00 hodin

Mezinárodní den žen.

10.00 hodin

K poslechu zahraje Bránické duo.

10. března v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje Honza Jareš.

11. března v 15.00 hodin

Divadlo Broadway uvádí muzikál Mýdlový princ s písničkami Václava Neckáře. Odjezd z Palaty v 13. 45 hod. zpět v 18.00 hodin.

12. března v 10.00 hodin

Tancování s doktorkou Jílkovou.

14. března v 10.00 hodin

Beseda s Dr. Zemanem na téma „Jak to doopravdy bylo s Fučíkovou Reportáží“.

15. března v 10.00 hodin

Promítání 4. dílu slavného českého seriálu na motivy románu Aloise Jiráska „F. L. Věk“. Film **neobsahuje** audiozáznam pro zrakově postižené.

17. února v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje pan Mácha.

18. března v 14.00 hodin

Přednáška pana profesora Vacka na téma „Asistovaná reprodukce – pojistka vymření člověka“.

19. března v 10.00 hodin

Tancování s doktorkou Jílkovou.

14. 30 hodin

Recitace a umělecký přednes v podání pana Jaroslava Brendla. Na programu je meziválečná poezie.

20. března v 9. 30 hodin

Hudební představení „Písničky naší babičky“ v podání Zdeňka Černohouze a Jaroslava Šolce, ve kterém zazní písničky Hašlera, Kmocha, Bláhy a další.

22. března v 10.00 hodin

Promítání 5. dílu slavného českého seriálu na motivy románu Aloise Jiráska „F. L. Věk“. Film **neobsahuje** audiozáznam pro zrakově postižené.

24. března v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje country skupina Starý koně.

26. března 10.00 hodin

Tancování s doktorkou Jílkovou.

v 14.30 hodin

Divadlo jednoho herce v podání paní Hoškové. Představení z cyklu Tři královny s názvem „Johanka z Rožmitálu“.

28. března v 10. 00 hodin

Promítání 6. dílu slavného českého seriálu na motivy románu Aloise Jiráska „F. L. Věk“. Film **neobsahuje** audiozáznam pro zrakově postižené.

29. března v 10.00 hodin

Hudební pořad nazvaný „Zpověď a výpověď o Petru Novákovi očima Miroslava Rojíka“. – pořad věnovaný jednomu z našich největších zpěváků Petru Novákovi. V programu zazní jeho největší hity – Hvězdičko blýskavá, Já budu chodit po špičkách, Povídej, Náhrobní kámen a další.

31. března v 14.00 hodin

Na kavárně k tanci a poslechu zahraje OSLO.

Summary

Osoby se zrakovým handicapem v seniorském věku

Elderly Persons with Visual Impairment

The bachelor thesis deals with visual impairment.

In the theoretical part I described eye disorders, special aids, the Braille writing system, the correct method of communication with a blind client, and so on. Also, I focused on reminiscence and the reminiscence therapy, which captured my attention when I was reading a book devoted to this topic.

The practical part is more devoted to seniors with visual impairment. I conducted interviews with clients who responded most willingly and helpfully. I learnt about client satisfaction in the home and about the quality and human care they are provided.

I am aware of the fact that such an approach is not very common. In our country I encountered rather worse conditions and approach. That is why I am glad to have been able to visit a facility that is professional and meets the needs of its clients.